



دغدغه قلبی امروز من، حتی ارزشی هسته ای هم نیست از دغدغه  
های قلبی من احیای طب اسلامی ایرانی است، به آن

سپردارید.

مقام معظم رهبری (حفظ الله)

این مجموعه نسخه های معصومین (ع) و بزرگان طب، برای  
کارهای درمانی کافی است. حکیم پروفور خیراندیش

سرشناسه: میرزایی ، رضا،  
عنوان و نام پدید آور: میرزایی ، رضا،  
مشخصات نشر: قم  
مشخصات ظاهری:..  
فروست: مجموعه کتب سبک زندگی اسلامی.  
شابک :  
شابک دوره:  
وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
موضوع: پزشکی سنتی.  
موضوع: بیماری ها  
موضوع: پزشکی اسلامی - احادیث.  
شناسه افزوده: بهرامی ، رضا ،  
رده بندی کنگره:  
رده بندی دیویی:  
شماره کتابشناسی ملی :

نسخه های معصومین و بزرگان طب اسلامی

ایرانی (جلد ۶)

# بیماریهای مجاری تنفسی، بینی، گلو،

ر

---

مؤلف: رضا میرزایی ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷

همکاری: رضا بهرامی ۰۹۱۹۱۶۰۱۹۵۰

---

مرکز پخش دفتر مؤلف: ۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶

EMAIL: Tebeslamiqom@gmail.com

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۰۱۱۰۱۱۰۱۱

بیماری‌های

مجاری تنفسی، بینی، گلو، ریه

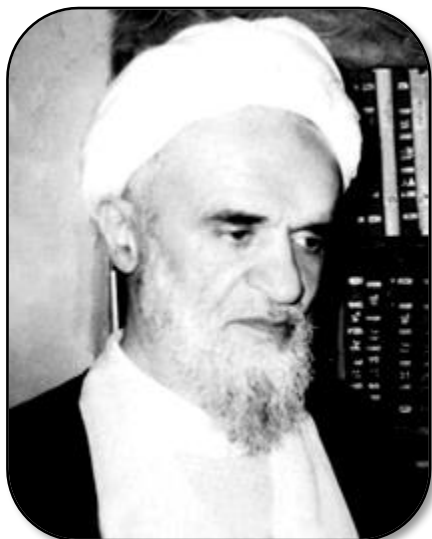


مؤلف: رضا میرزایی



همکاری: رضا بهرامی

# تقدیم بہ محضر مولا صاحب الزمان عجل الله تعالی فرجه الشریف و



سردار آن مضرت  
عارف واصل ، آیت مق  
حاج شیخ علی آقای پهلوانی  
تهرانی (سعادت پرور)

پیام تسلیت رهبر معظم انقلاب  
در ارتحال این عارف پارسا  
بسم الله الرحمن الرحيم  
جناب مستطاب حجت الاسلام و المسلمین

آقای حاج شیخ حسن آقای پهلوانی تهرانی (دامت برکاته) با تأسف و تأثر، خبر رحلت برادر بزرگوارتان عالم عامل و عارف پارسا و پرهیزکار مرحوم حجت الاسلام و المسلمین آقای حاج شیخ علی آقا پهلوانی تهرانی را دریافت کردم. آن بزرگوار، عمر طیب و طاهر و همراه با تلاش مبارکی را، در تعلیم و ترویج معارف الهی و توحیدی گذراندند، و نمونه ای از صفا و اخلاص بودند. امید است، لطف و فضل الهی، و مغفرت و رحمتی که به بندگان صالح خود وعده فرموده است، شامل حال این بنده پاک و بی آلایش باشد. اینجانب به جنابعالی و خانواده محترم و مکرم ایشان صمیمانه تسلیت عرض می کنم. والسلام علیکم ورحمة الله سید علی خامنه ای ۱۳۸۳/۰۹/۰۷

برای تربیت نفس و درمان بیماریهای روحی، روانی، اعتقادی و غیر جسمی به علماء ربانی از جمله شاگردان این عارف واصل مراجعه نمایید. ارتباط با علماء ربانی سرچشمه همه خیرات و سلامتی جسم و روح است.

## لطفاً حتماً بخوانید

بسم الله الرحمن الرحيم وبه نستعين ولا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم عليه توكلت واليه انيب ولا توفيق الا بالله واسئل الله من فضله وصلى الله على محمد واله الطاهرين .

### جهان در حال بازگشت به طب و فرهنگ اسلامی ایرانی است.

بیشترین و بزرگترین مراکز حجامت جهان در آمریکاست. بهترین کتاب سال کشور کانادا به کتابی درباره حجامت داده شد.

اروپا، آمریکا و روسیه مملوء است از کلینیک های پیشرفته زالو درمانی، زنبور درمانی، حجامت و طب سنتی که حتی در عمل جراحی های سخت استفاده گسترده می شود. طب چینی فقط در خارج از چین چند صد هزار نفر، طبیب سوزنی دارد که باعث رونق شدید اقتصاد، توریسم مراکز درمانی و تولید در چین شده است و فرهنگ چین را به قلب و روح ملل جهان تزریق می کند.

ترکیه و روسیه از محل صادرات زالو درآمد های چند هزار میلیارد تومانی دارند. مارگارد تاجر زن آهین انگلیس می گوید: بر خلاف پیشرفت ها در زمینه های مختلف، در پزشکی پس رفت داشته ایم و باید طب های موازی را که به هم دیگر ارتباط ندارند توسعه دهیم. آیا می دانید مرغ فروختن به زنان در کانادا جرم است؟ آیا می دانید مثلاً میوه نسترن (ایت بورنی: به ترکی) که در ایران هیچ اعتنایی به آن نمی شود، در آمریکا بصورت عددی با دلار فروخته می شود؟ سایر داروهای گیاهی نیز اینطورند.

آیا می دانید بزرگترین تاجر کنجد و سنجد در جهان اسرائیلی ها هستند؟ آیا می دانید هر چیزی که در روایات طبی توصیه شده است را یهودیان عمل می کنند؟

---

آیا می دانید طب سنتی و چینی در غرب و کشورهای به اصطلاح پیشرفته کاملاً قانونی و رایج است و در ایران...

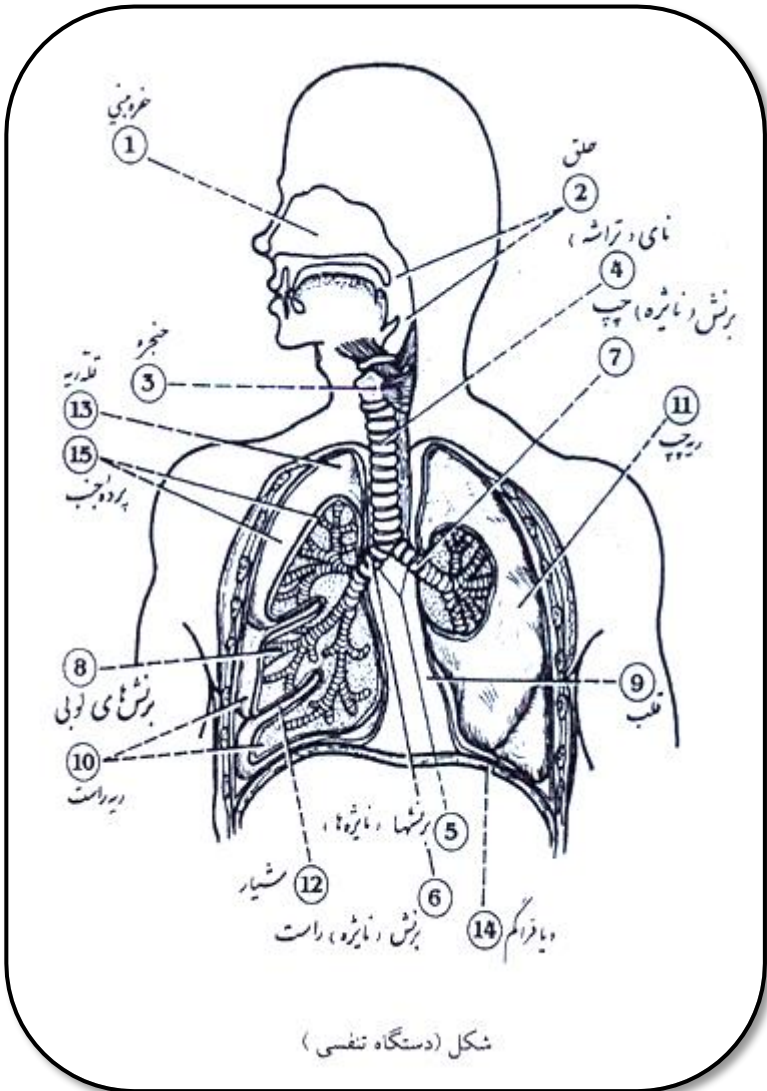
آیا می دانید ارمنستان، حتی دانشکده طب اسلامی دارد و دانشکده طب سنتی ایران اسلامی زیر نظر دانشگاه طب سنتی ارمنستان است؟

یک ماساژور تایلندی می گوید: برای ماساژ جمله ای رساتر از جمله امام رضا(ع) را نشنیده ام. امام رضا(ع) فرمود: اگر در اثر ماساژ مرده زنده شود، انکار نمی کنم. اینها نمونه های کوچکی از رواج فرهنگ و طب اسلامی ایران در جهان است. اما افسوس که ما...

خواهر و برادر مومن اگر طب اسلامی احیا شود جهانیان مجبور می شوند زبان فارسی یاد بگیرند و به ایران بیایند تا علم ما را بیاموزند...



# تصویر آناتومی مجاری تنفسی<sup>۱</sup>



## ۱- درمان مشترک بیماریهای دستگاه تنفسی

### بیماریهای تنفسی (روایات)

### حکمت خلقت گوش و بینی

امام صادق (علیه السلام) فرمودند: خداوند چشمها را آفرید و آنها را از جنس پیه قرار داد و بر آدمیان منت گزارده و مایعی شور در آنها نهاد و اگر این نبود، ذوب می شدند و نیز گوشها را تلخ قرار داد و اگر اینگونه نمی بود حشرات از آن راه هجوم آورده و مغز او را می خوردند و همچنین آب را در بینی قرار داد تا نفس از آن بالا و پایین رود و بوی خوش را از بوی بد تشخیص دهد و نیز شیرینی را در لبها قرار داد تا آدمیزاد لذت خوراکی و نوشاب را درک کند<sup>۲</sup>

امام صادق (علیه السلام): عقل از قلب است، اندوه از جگر، نفس از ریه<sup>۳</sup>.

### استنشاق

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): هر گاه کسی از شما از خواب برخیزد، وضو بسازد و سه بار آب در بینی بچرخاند (استنشاق) و بیرون بریزد؛ چرا که شیطان در بن بینی جای می گیرد.<sup>۴</sup>

### انار

امام علی (علیه السلام): در هر دانه انار، چون در معده جای می گیرد، حیاتی برای قلب و فروغی برای نفس است و شیطانی را که (وسواس) نام دارد، چهل شب، بیمار (زمینگیر) می کند.

۲ علل الشرایع: ج ۱، ص ۸۶

۳ کفایه الاثرص ۲۵۴

۴ صحیح مسلم ج ۱ ص ۲۱۳-۲۳

## درمانهای مشترک برای بیماری های شش و تمیز کننده شش ها (تبریزیان) پودر کاشم (مرکب ۴۸)

### پرهیزهای عمومی دستگاه تنفسی (ضیایی) °

مواردی که باید پرهیز شود:

- ۱ - گرد و غبار ( خاک، خاک گچ، سیمان، گچ و ... )
  - ۲ - دوده و دود ( سیگار ، قلیان ، پپ و یا مواد افیونی ، مخصوصاً دود برگ و دودهای سرخ کردنی) و ام دی اف ( بخار آن و سوختن آن )
  - ۳ - بخارات مسموم (استون، آمونیاک، آرسنیک، آب ژوال، وایتکس، جوهر نمک و مواد سفید کننده)
  - ۴ - هوای آلوده و ذرات سنگین معلق در هوا (سرب، جیوه و ...)
  - ۵ - مشتقات شیمیائی ( مواد پتروشیمی مثل سوسکش ها و انواع ادکلن ها و عطرها شیمیائی)
  - ۶ - غذاهای سرخ کردنی و غذاهای بو دادنی و میوه نارنگی
  - ۷ - آب داغ سوزان ( چای داغ ، قهوه داغ ، نسکافه داغ )
  - ۸ - کافئین زیاد (چای مانده ، چای پر رنگ ، کاکائو ، نسکافه ، قهوه ، شکلات)
  - ۹ - آب سرد تگری ، یخ ، غذاهای سرد یخچالی ، بستنی
  - ۱۰ - پشت پنجره خوابیدن ، پشت در خوابیدن ، سوار موتور شدن
  - ۱۱ - پرز (پتو ، خز ، قالی ) ، پرز کیوی، پرز هلو، پرز به ، پوست بادام زمینی .
  - ۱۲ - سوخته های فسیلی ( دود نفت ، دود گازوئیل ، بخار بنزین ، دود سوخت چوب )
- آژروسل (ذرات معلق در هوا)

۱۳- استرس (نگرانی مستمر) ، جوش زدن

۱۴- محیط بسته ، هوای بسته ، دریافت اکسیژن کم

۱۵- کابینت های ام دی اف ( زیرا فرمالدئید و وینیل موجود در آن موجب اختلالات تنفسی و بروز آسم و سرطان بینی و ... می شود ) .

۱۶- شکستن لامپ مهتابی و لامپهای کم مصرف و تصاعد گاز و پودر داخل آن .

۱۷- فست فود، نوشابه، سُس، چیپس، پفک و مواد غذایی که ماده افزودنی و نگهدارنده دارند مانند کنسروها و...

### بیماری های دستگاه تنفسی و عسل (دریایی)<sup>۶</sup>

- (بقراط) دانشمند طب سنتی یونان معتقد است : نوشابه تهیه شده از عسل برای جذب رطوبت و تسکین سرفه و سرماخوردگی مفید است. از سوی دیگر، ابن سینا معجونی از عسل و گردو برای درمان سرفه های مزمن و معجون گلاب با عسل را برای سل ریوی تجویز نموده است .

- (ایوریش و اودین تسف) مطالعاتی روی گروهی از بیماران سل ریوی انجام داده اند. آنها به بیماران روزانه (۱۵۰-۱۰۰ گرم) عسل می دادند. درمان این گروه از بیماران را با بیمارانی که عسل در رژیم غذایی آنها دیده نمی شد مقایسه و ملاحظه کردند. گروهی که عسل خورده بودند، افزایش وزن پیدا کردند و خونشان پر رنگ تر گردید، نیز حالت سرفه های آنها کاهش و آرام گرفت و از کندی و سنگینی بدنشان کاسته شد. نتایج مثبت درمان التهاب حنجره و نای و نایژه ها را عسل تایید نموده است .

- (Fiehe) و زایس و فیلیپس معتقدند که عسل نقشی موثر در درمان سرفه مزمن و مداوم ( خروسک) و التهابات را نیز دارد. آنها عسل را برای درمان التهاب های

حنجره و مری مفید دانسته اند. فرانکه محلول روغن های معطره فرار و مواد آلی ترین ها در عسل را عنصر محافظ حنجره، گلو، نای، نایژه های ریوی و یک داروی ضد میکروبی می دانند.

- استنشاق محلول بخار عسل یا بخور در درمان آسیب های ریوی مفید است. زیرا استنشاق بخار محلول در تماس با ترشحات جامد نایژه های ریه آنها را از حالت جامد به مایع تبدیل می کند، علاوه بر آن وظایف ریه ها را آسان و بهبود می بخشد. بتروسوفا با محلول عسل مرکب از ( ۵ سی سی محلول عسل + ۲۰-۱۰٪ محلول کربنات کلر ۱۰٪ به مقدار ۲ سی سی + محلول دیمدرول ۱٪ - ۰/۲ سی سی ) توانست کودکانی را که بیماری ریوی مزمن داشتند، درمان کند او از این نسخه درمانی نتایج مثبتی به دست آورد.

### بیماریهای بینی (تبریزیان)<sup>۲</sup>

روغن بنفشه با پایه کنجد درمان بسیاری از بیماریهای بینی است.

### مشکلات تنفسی (روازاده)

**پرسش:** موقع ورزش کردن مشکل تنفسی دارم؟

**پاسخ:** می تواند از کمبود خون باشد. اگر کم خون هستید توصیه می شود آب آهن، سیب، عرق بید مشک و گلاب بخورید، گوشت قرمز، جگر؛ به خصوص گوشت شتر مصرف نمایید. البته مشکل آسم هم می تواند باشد. اگر آسم دارید، جوشانده عناب بخورید. چای کوهی دم کرده روزانه دو فنجان میل کنید. تمام بدنتان را در حمام گرم کیسه کشی کنید.<sup>۸</sup>

۷ کتاب و سخنرانی های استاد

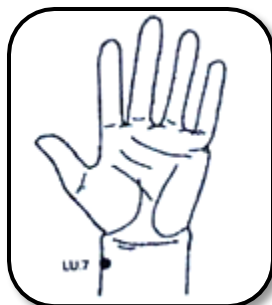
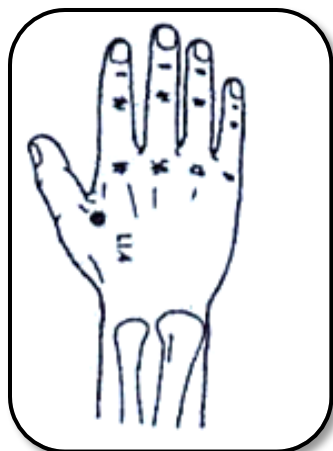
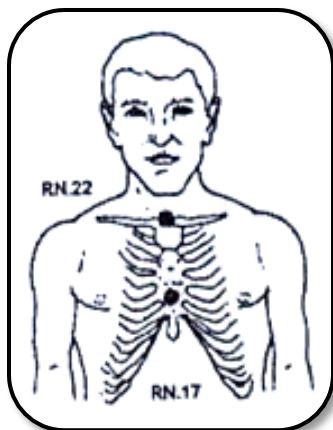
۸ پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روزهاده، ج ۱، ص ۵۱

### ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی (بنی هاشمی)

مقدار ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده آن را بجوشانید تا له شود مقدار مصرف سه قاشق سوپخوری در روز است.

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ ، زنبور درمانی ، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن ، انرژی درمانی (عمل به این نسخه برای افراد غیر متخصص ممنوع است)

– مشکلات تنفسی



## ۲ - گرفتگی، نرمی و سختی حفره بینی

## گرفتگی بینی

## الف: معرفی

به انسداد راه بینی که معمولاً به دلیل این است که غشاء بینی با التهاب رگ‌های خونی متورم می‌شود.

## علل

## • آلرژی

## • سرماخوردگی یا آنفلوآنزا

## • انحراف تیغه بینی

## • رینیت آلرژیک، آلرژی به گرده

## • واکنش به داروها (مانند تامسولوسین)

## • سینوزیت یا عفونت سینوس‌ها

• اگر وضعیت بدن به گونه‌ای باشد که خون زیادی به سمت سر جاری شود (مثلاً وارونه باشد)، در این صورت ممکن است رگ‌های خونی در مسیر بینی متورم شوند.

• خیلی از زنان در دوران بارداری از گرفتگی بینی رنج می‌برند زیرا مقدار خون بیشتری به بدن جریان پیدا می‌کند.

● گاهی درد بینی از نوع انتشاری است، یعنی منشاء درد در خود بینی نیست، مثل درد بینی ناشی از التهاب سینوس ها، تحریک و درد شاخه های عصب زوج پنجم به علت خرابی دندان ها و نیز تیک دردناک که درد بسیار شدیدی در بینی و ناحیه مربوطه تولید می کند.

- عفونت قارچی
- تریکوموناسیس
- واژینیت
- سوزش و خارش واژن
- واکنش های حساسیتی

### راه های رفع گرفتگی بینی

هوای سرد، گرفتگی بینی را تشدید میکند، اما همه گرفتگی های مجاری بینی به سبب هوای سرد رخ نمی دهد. آگاهی های ذیل ممکن است برای این دسته افراد مفید باشد. برای رفع گرفتگی بینی و مشکل تنفسی ابتدا باید دلیل گرفتگی را مشخص کرد. ابتلا به آسم، انحراف استخوان بینی، حساسیت به گرده گل ها یا برخی عوامل طبیعی و شرایطی خاص، تنگی یا گشادی عروق اطراف مجاری بینی، وجود پولیپ، سینوزیت، انحراف بینی، سرماخوردگی، وجود کثیفی و جرم در مجاری، غبار یا آلودگی بیش از حد هوا، حتی کمبود رطوبت هوا برخی از عوامل ایجاد گرفتگی در بینی به شمار می رود.

برخی عصاره های گیاهی یا راهکارهای سنتی نیز بسته به دلیل گرفتگی بینی، مفید است؛ به عنوان مثال انداختن مقداری جوهر نعنا در آب جوش و تنفس یا بخور آن در



حال بسته بودن چشم ها (برای جلوگیری از وارد شدن بخار آن به چشم)، اغلب مواقع راهگشاست. انفیه و جوهر نعناع را می توان از عطاری ها تهیه کرد.

جای دادن مقداری عسل در برنامه غذایی روزانه، به سبب خاصیت آنتی اکسیدان آن، سبب رفع گرفتگی رگ های خونی می شود و چون برخی گرفتگی های بینی به دلیل گرفتگی در رگ های نزدیک به آن است، راهکاری مفید تلقی می شود.

برخی نیز بر این باورند که مخلوط یک لیوان آب با یک قاشق چایخوری سرکه سیب و غرغره یا شست و شوی بینی با آن نیز برای رفع گرفتگی بینی مفید است.

از ایجاد فشار به نواحی بینی و دستکاری مجاری آن به سبب احتمال ایجاد التهاب و افزایش گرفتگی خودداری کنید

کلیه یکی از مهم ترین اندام های درونی بدن انسان است. اکثر اعضای بدن برای عملکرد مطلوب وابسته به کلیه ها هستند. برای دفع سموم بدن، خون از گلو مرول کلیه ها که نقش صافی را دارند، عبور می کند. این صافی باعث می شود مواد ضروری برای اعضای مختلف بدن، باز جذب شده و در عین حال، سموم و مواد زائد دفع شوند.

**ب: نسخه ها**

**روایات**

**فراوانی عطسه**

امام صادق (علیه السلام) :- فراوانی عطسه شخص را از پنج چیز، ایمن می سازد، نخستین آنها جذام است؛ دوم، بادهای بد خیمی که در سر و صورت جای می گیرد؛ سوم آنکه مایه ایمنی از جای گرفتن آب در چشم می شود؛ چهارم آن که از سختی حفره های بینی، مصنوعیت می دهد؛ و پنجم آن که از بیرون آمدن مو از چشم، ایمنی می دهد.

فرمود: اگر دوست داشتی که عطسه ات کم شود، با روغن مرزنجوش ، انفیة کن .  
پرسیدم : چه مقدار؟

فرمود: به اندازه یک دانگ

راوی گوید: این کار را پنج روز انجام دادم و (عارضه ام) از میان رفت.<sup>۹</sup>

### خضاب حنا

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): خرج کردن یک درهم برای خضاب ، برتر از خرج کردن یک درهم در راه خداست . در خضاب کردن ، چهارده خاصیت است : باد (یابو) را از گوش ها می برد، تیرگی را از چشمان می گیرد، دیده را جلا می دهد، حفره های بینی را نرم می کند، بوی دهان را خوش می سازد، لثه را استحکام می دهد، حالت غش را از میان می برد، از وسوسه شیطان می کاهد، فرشتگان از آن شادمان می شوند، مؤمن از آن خرسند می گردد، کافر از آن به خشم می آید، زینت است ، عطراست ، برائتی در قبر است ، و منکر و نکیر از آن شرم می کنند.<sup>۱۰</sup>

### گرفتگی بینی (خیراندیش)

- مالیدن روغن کنجد به بینی .

- مالیدن روغن سیاه دانه به بینی و بوئیدن اسانس نعناع .

- مالیدن روغن بادام تلخ و روغن سیاه دانه به بینی روزی سه بار .

- انداختن بادکش به دو طرف نخاع هر طرف ۷ لیوان در ۱۴ مرحله .

**گرفتگی بینی<sup>۱۱</sup>** (گزارش درمان) نام بیمار: آقای ع. ک. سن: ۱۵ سال

علت مراجعه: ۱- گرفتگی بینی از زمان تولد ۲- سرماخوردگی مکرر ( هر ماه ۲-۳ بار)

۹ مکارم الاخلاق ج ۲ ص ۱۶۵

۱۰ الکافی ج ۶ ص ۴۸۲ ح ۱۲

۱۱ حجامت درمانی ، ص ۳۳۳

۳- درد در دست ها، کمر، هر دو پا (از ۳ سال قبل) ۴- تکرار ادرار همراه استرس (بخصوص زمان امتحانات)

درمان های انجام شده: ۱- حجامت عام در تاریخ ۲۳/۱۲/۷۹- حجامت عام در تاریخ ۸۰/۱/۲

سیر درمان: گرفتگی بینی، با حجامت اول ۵۰٪ بهتر شد. ضمناً قبلاً حین خواب و خرناسه داشته که با حجامت اول برطرف شد. بعد از حجامت دوم گرفتگی بینی و ترشحات غلیظ کاملاً رفع شد.

درد دست ها: با حجامت اول کاملاً رفع شد.

درد پاها: حجامت اول بهتر و بعد از نوبت دوم کاملاً رفع شد.

تکرار ادرار و استرس بیمار فرقی نکرد.

نقاط طب فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (عمل به این نسخه برای افراد غیر متخصص ممنوع است)

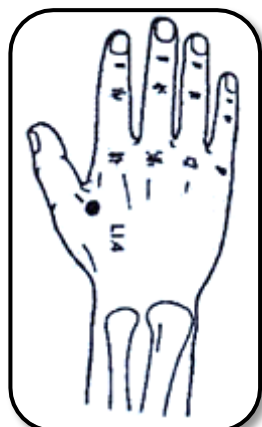
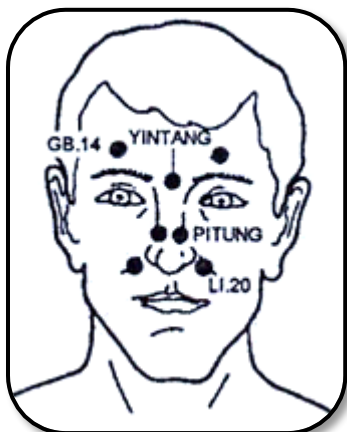
گرفتگی بینی (رهایی سریع از درد)<sup>۱۲</sup>



قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط طب فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (عمل به این نسخه برای افراد غیر متخصص ممنوع است)

- تب یونجه ، سینوزیت ، گرفتگی بینی



## ۳- آبریزش بینی

## آبریزش بینی (خیراندیش)

- مالیدن روغن کنجد به ملاج سر و چکاندن یک قطره روغن سیاه دانه به داخل بینی هر ۴ ساعت ۵ قطره به مدت سه شب.

- زیر دوش آب گرم رفتن یا قرار دادن تاج نمک (کیسه ای از نمک دریا) بر روی سر، ابتدا موجب تشدید آبریزش بینی شده ولی بعد از مدتی آبریزش را قطع می کند.

- مالیدن اسانس نعناع به بینی و سینوس ها

- مصرف سوپ گرم مرکب از گندم + جو + نخود + سبزیجات گرم بخصوص نعناع و ترخون.

- خوردن دمکرده یک قاشق غذاخوری عرق نعناع در یک لیوان آب جوش هر چهار ساعت یک لیوان به مدت سه روز تا یک هفته.

- اگر علت آبریزش حساسیت باشد حجامت آلرژی، ماهی یکبار در دو مرحله در ربع سوم ماه قمری انجام شود.

- مصرف ترکیبی از (سه واحد عسل + یک واحد سیاه دانه نیم کوب) هر ۱۲ ساعت یکبار یک قاشق مرباخوری به مدت ۴ ماه (در صورتی که آبریزش به صورت مداوم در طی سال داشته باشد). - کاهش مواد سودا زا و غذاهای صنعتی.

آبریزش بینی اگر از حساسیت باشد (تبریزیان)<sup>۱۳</sup>

صاف کننده خون (زنبق) - ریختن روغن بنفشه پایه کنجد و قطره مرزنجوش + جامع در بینی.

**آبریزش بینی اگر از سرماخوردگی باشد (تبریزیان)<sup>۱۴</sup>**  
طریفل - داروی امام کاظم ع.

### **حساسیت فصلی و آبریزش بینی (بنی هاشمی)**

حدود یک قاشق غذاخوری اسفند را داخل یک کاسه آب جوش بریزید حدود ده دقیقه بخور انجام دهید بعد از همین آب داخل کاسه وقتی سرد شد شب به شب یک قطره داخل بینی بچکانید.

### **آبریزش بینی (روازاده)**

هر شب به مدت دو هفته در هر بینی یک قطره عسل خالص و خوب ریخته شود.

### **آبریزش بینی<sup>۱۵</sup> (خیراندیش)**

(۱) حجامت گرم و خشک کتف ۱ مرحله

(۲) روغن سیاه دانه (شونیز) روی ناحیه ملاج هر ۴ ساعت ۵ قطره مالیده شود تا ۲۴ ساعت.

(۳) قطره نازیل هر ۷ ساعت یک قطره در یک بینی چکانده شود تا ۷۲ ساعت .

(۴) عرق نعناع + عسل هر ۷ ساعت یک لیوان بنوشد تا ۷۲ ساعت .

### **آبریزش و خلط بینی و سینه (گردافشاری)**

با سلام. برای خارش بینی و بدنبال آن عطسه، آبریزش و تب در فردی که سابقه

حساسیت دارد چه راه حلی را پیشنهاد می کنید؟

با سلام علت بیشتر این خارشها نزله یا همان خلط پشت حلقی است که به دلیل ضعف

معده یا مغز یا هر دو به وجود میاید و به مجاری بینی یا حلق میریزد و باعث خارش

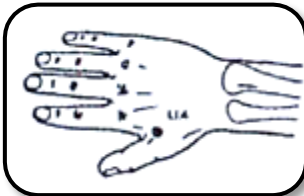
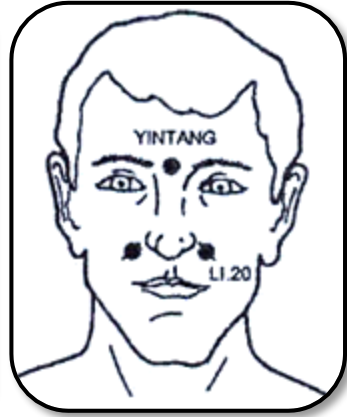
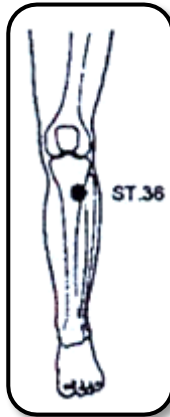
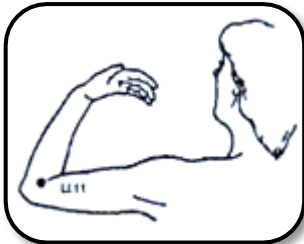
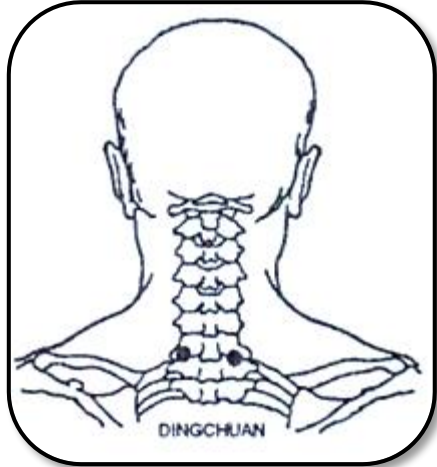
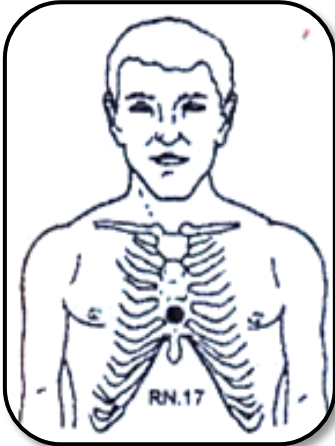
و سوزش میشود.

۱۴ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۵ عسل ، ص ۱۲۰

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (عمل به این نسخه برای افراد غیر متخصص ممنوع است)

– گرفتگی مزمن بعد از آبریزش بینی<sup>۱۶</sup>



## ۴- گرفتگی عروق و مجاری تنفسی

### روایات

### نی شکر

امام کاظم (ع) فرموده اند: نی شکر مجاری بسته را می گشاید و هیچ درد و زبانی در آن نیست.<sup>۱۷</sup>

### ریحان کوهی

ایوب بن نوح می گوید: کسی که با امام کاظم (علیه السلام) همسفر بود برایم نقل کرد که آن حضرت ریحان کوهی طلب کرده و فرمودند: من دوست دارم غذای خود را با آن آغاز کنم که گشاینده ی مجاری بسته شده، اشتها آور و زداینده ی چشم درد است و من آنگاه که غذا را با آن آغاز کنم، باکی ندارم که پس از آن چه غذایی بخورم و دیگر از هیچ بیماری و آسیبی هراس ندارم و آنگاه که غذا تمام شد بار دیگر ریحان کوهی طلب کرده و دیدم که برگه ای از آن را که روی غذا افتاده بود برداشته و خوردند. به من نیز داده و فرمودند: غذای خود را با آن پایان ده که گوارنده ی غذای پیشین و اشتها آور غذای پسین است. سنگینی معده را زدوده و دل و دهان را خوشبو می کند.<sup>۱۸</sup>

۱۷ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۶۳

۱۸ کافی: ج ۶، ص ۳۶۴



## ۵- احساس سنگینی در قفسه سینه

(گزارش درمان<sup>۱۹</sup>) نام بیمار: آقای م. ر. سن: ۲۷ سال

علت مراجعه: احساس سنگینی در قفسه سینه و خفگی و خواب آلودگی

علائم بیماری: بیمار علاوه بر شکایت فوق از یبوست و چاقی نیز رنج می برد. سمع

قلب و ریه ها نرمال بود و فشار خون بیمار  $\frac{140}{90}$  بود.

آزمایشات اولیه بیمار به صورت زیر بود؛

Chol = ۳۱۵ mg/dL      Urea = ۲۱ mg/dL      Hb = ۱۹-۱  
 DL = ۲۴۶ mg/dL      Uric Acid = ۸ mg/dL      Hct = ۵۶/۳  
 Cr = ۱/۳ mg/Dl

درمان های انجام شده: برای بیمار سه دوره حجامت عام و مصرف داروهای زیر تجویز گردید؛

۱- مصرف سرکه انگبین

۲- ترک مصرف روغن نباتی جامد

۳- برگ سنا به همراه گل سرخ

سیر درمان: بعد از انجام حجامت ها، جواب آزمایشات به صورت زیر گزارش شد.

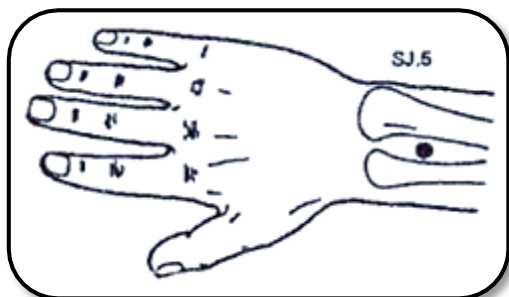
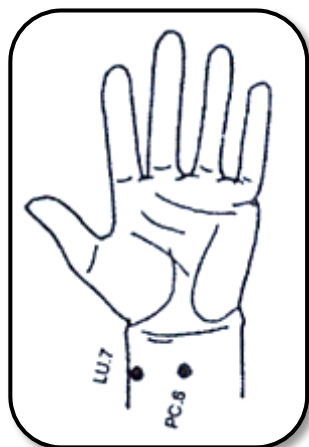
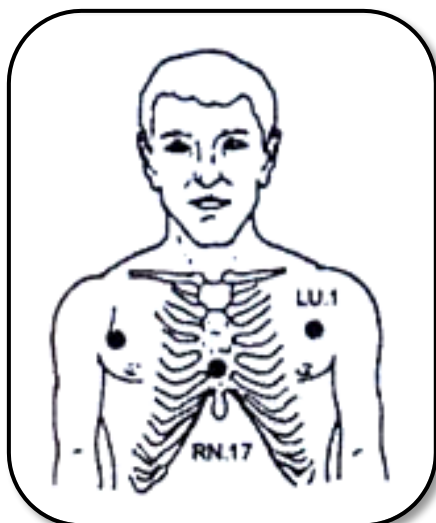
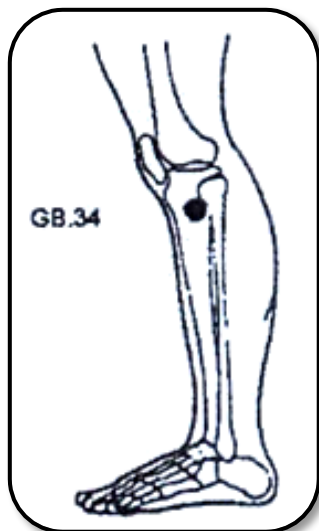
Chol = ۱۷۸ mg/dL      Urea = ۱۲ mg/dL      Bb = ۱۷/۲  
 DL = ۱۱۴ mg/dL      Uric Acid = ۵/۴ mg/dL      Hct = ۴۹/۳  
 Cr = ۰/۷ mg/Dl

پزشک معالج: دکتر علی صالحی راد

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

— درد قفسه سینه ۲۰



## ۶- خشکی بینی

## الف: معرفی بیماری

در طب جدید مهم ترین علت خشکی بینی عوارض جانبی داروها، مخصوصا داروهای ضد حساسیتی (آنتی هیستامین) است که برای درمان آبریزش بینی مصرف می شوند. اسپری یا افشانه های بینی و برخی داروهای بازکننده مجاری تنفسی حاوی آتروپین هم (که در بعضی قطره های چشمی، مسکن ها، و داروهای قلبی نیز وجود دارد) بینی را خشک می کنند.

آب و هوا از علل شایع دیگر خشکی بینی است. وقتی هوا گرم شود و رطوبت آن پائین بیاید، بینی ممکن است خشک شود.

همچنین خشکی بینی نشانه دو بیماری نادر هم می تواند باشد .

یکی التهاب خشک قرنیه و ملتحمه چشم که در آن، نه تنها بینی، بلکه دهان و چشم ها نیز خشک می شوند؛ و دیگری، نشانگان سندرم (شوگرنگه) یک بیماری معمولا همراه با التهاب شبه روماتیسمی مفاصل است و غدد بزاقی را گرفتار می کند .

اگر داروی ضد حساسیت یا هر داروی حاوی آتروپین مصرف می کنید، خشکی بینی خود را به پزشک اطلاع دهید تا مقدار آن را کم کند یا دارو را عوض کند

## درمان خشکی بینی در طب جدید

۱ - مایعات بنوشید. مایعات، به صورت آب یا آب میوه، زیاد بنوشید، چون رساندن آب کافی به بدن مهم است و مرطوب کردن بافت ها از داخل بهتر است تا از بیرون.

۲ - داروهایتان را کنترل کنید. اگر داروی ضد حساسیت یا هر داروی حاوی آتروپین مصرف می کنید، خشکی بینی خود را به پزشک اطلاع دهید تا مقدار آن را کم کند یا دارو را عوض کند .

بهرتر است فهرست تمام داروهای مصرفی تان را به پزشک نشان دهید. شاید علت خشکی بینی داروی دیگری باشد.

۳ - آب نمک مصرف کنید. هر وقت لازم دانستید، با سرم فیزیولوژی (آب نمک)، بینی را مرطوب کنید.

۴ - هوا را مرطوب کنید. با استفاده از یک دستگاه بخور، هوای اتاق را مرطوب نگه دارید.

فراموش نکنید که برای جلوگیری از رشد کپک و قارچ روی دستگاه، هر روز آن را تمیز کنید.

۵ - با احتیاط پماد بزنید . کرم یا پماد نرم کننده را در جلو بینی خشک شده یا ترک خورده بمالید. مراقب باشید تکه پماد را به درون ریه نکشید.

وازلین و دیگر مرطوب کننده های نفتی را برای بینی استفاده نکنید، زیرا ممکن است باعث نوعی ذات الریه شوند.

## ب: نسخه ها

### خشکی بینی (روایات)

#### حنا

پیامبر اکرم (ص) فرموده اند: ای علی! هزینه کردن یک درهم برای خضاب، برتر از هزینه کردن هزار درهم در راه خدا ولی در غیر این کار است. در حنا چهارده ویژگی نهفته است: باد را از گوشها می زداید، بینایی را جلا می دهد، بینی را نرم می کند، دهان را خوشبو می کند، لثه را محکم می کند، لاغری را برطرف می کند، وسوسه شیطان را

کاهش می دهد، فرشتگان را خرسند می سازد، اهل ایمان را شاد می کند و اهل کفر را خشمگین می سازد. خضاب مایه آراستگی و پاکیزگی است، نکیر و منکر درون قبر از وی شرم می کنند و خضاب بر گه برائت وی در قبر است.<sup>۲۱</sup>

### شستشوی بینی

امام علی (علیه السلام): شستشوی دهان و بینی، سنت و مایه پاکی دهان و بینی است و انفیه کردن، مایه سلامت سر و پاکسازی بدن و همه انواع سر درد است.<sup>۲۲</sup>

### خشکی بینی (صفرا) (موسوی)<sup>۲۳</sup>

داروهای دافع خلط صفرا و چکاندن روغن بنفشه یا بنفشه بادام هر روز و هر شب در بینی و انداختن ۲ تا ۳ عدد زالوی ریز اطراف بینی خشکی بینی را به نرمی و لطافت بدل می کند.

### خشکی بینی (خیر اندیش)

چکاندن چند قطره روغن بنفشه به داخل بینی، روزی دو بار صبح و شب

۲۱ خصال: ۴۹۷.

۲۲ خصال ص ۶۱۱-۱۰.

۲۳ زالو درمانی، ص ۶۱.

## ۷- پلیپ بینی

### پلیپ (باقری) <sup>۲۴</sup>

اگر دچار پلیپ شده اید به روش زیر آن را درمان کنید :

- ۱- پودر مکمل معجزه سبز را جوشانده صاف کرده ، آن گاه این جوشانده را با آب غلیظ دریاچه ارومیه و آبغوره طبیعی مخلوط کرده هر ساعت با آن استنشاق کنید .
- ۲- یک استکان داروی اصلاح معده + یک قاشق پودر مکمل اصلاح معده + روغن تی ام (TM) تمریخ ...

### پلیپ بینی (تبریزیان) <sup>۲۵</sup>

- قطره بنفشه پایه کنجد در بینی بریزد- قطره مرزنجوش + داروی جامع در بینی بریزد - قسط و نمک قرقره کند.

---

۲۴ طب اصولگرای اسلامی ، ص ۱۱۶

۲۵ کتاب و سخنرانی های استاد

## ۸- خارش بینی

(باقری) <sup>۲۶</sup>

برای درمان خارش بینی از این روش استفاده کنید :

اسانس نعناع ( ۵ قطره ) + روغن تمریخ ( ۱ قاشق چایخوری ) این ها را داخل بینی ریخته یک ربع ماساژ دهید.

## ۹- ورم بینی

(باقری) ۲۷

برای درمان ورم بینی ، پیشانی را حجامت کنید.



## ۱۰ - لارنژیت (التهاب حنجره و تغییرات صدا) و صاف شدن صدا

(خیراندیش)<sup>۲۸</sup>

- ۱ - حجامت گرم و خشک کتف ۳ مرحله
  - ۲ - عرق نعناع همراه با یک قاشق عسل هر ۴ ساعت یک لیوان تا ۲۴ ساعت
  - ۳ - دوسین (سیاه دانه + عسل) هر ۷ ساعت یک قاشق مرباخوری تا ۶ روز
- بهبتر و صاف شدن صدا (تبریزیان)<sup>۲۹</sup>**

قطره مرزنجوش + جامع یا قطره بنفشه پایه کنجد در بینی و گلو بریزید.  
استفاده از آب نخود صدارا صاف میکند و همچنین انغوزه را در آب حل کرده آب آن را بخورد.

### گرفتگی صدا (بنی هاشمی)

پیاز را آب پز کرده و با روغن طبیعی یا روغن زیتون میل کنید برای کسی که حنجره اش خشک شده شب قبل از خواب یا بعد از استحمام استفاده کند.

### تدابیر گرفتگی صدا (کردافشاری)

- آش بدون گوشت با ماش پوست کنده، مغز بادام شیرین یا شیر بادام شیرین، کلم، جو، رشته سوپی، روغن بادام، اسفناج، کدو، باقالا، پنیرک، کرفس، پیه و چربی پرندگان، به، شنبلیله و نخود
- حریره با سیوس گندم (۱ قاشق مربا خوری)، شیر تازه، نشاسته، روغن بادام و شکر

۲۸ عسل ص ۱۱۹

۲۹ کتاب و سخنرانی های استاد

- زرده تخم مرغ که به صورت نیم پخته و عسلی باشد بدون نمک
- انجیر خشک را با آب پخته تا ژله مانند شود آن را صاف کرده و با کمی عسل غلیظ کرده، در دهان نگه داشته و بمکید.
- برگ کلم را آب پز کرده تا کاملاً کلم له شود آب آن را صاف کرده با عسل غلیظ نموده و بمکید
- شیر تازه با شکر یا ترنجبین، تخم ساییده کرفس با شیر گوسفند، دمکرده عناب، عرق سیب، مویز دانه در آورده با کمی روغن بادام شیرین، سیاهدانه با عسل، نگه داشتن به دانه در دهان، شیر برنج، جویدن برگ کلم و فرو بردن آب آن اندک اندک توصیه می شوند.
- جویدن کبابه چینی با عسل و در دهن نگه داشتن آن به اندازه نیم قاشق چای خوری
- ۵ عدد عناب، ریشه شیرین بیان و تخم خطمی هر کدام ۴ گرم جوشانده با نبات بنوشید
- دمکرده سه پستان و تخم خطمی خبازی هر کدام ۸ گرم با ۲۵ گرم شکر مصرف شود
- به دانه و اسفرزه و صمغ عربی را در آب خیسانده و لعاب آن را با ترنجبین یا عسل بمکید
- پرهیزات: ترشیجات، شوربیجات، مواد غذایی تند و تیز و خشن، بادمجان، ماست، انگور، قرار گرفتن در معرض دود و گرد و غبار، سرخ کردن، غذاهای چرب، شیره داخلی مغز فلوس + تمر هندی + شکر و کمی عسل ترکیب کرده و به صورت حب های ۱ نخودی درست کرده و ۳ روز اول هر ۲ ساعت ۲-۳ عدد مکیده شود و بعد از ۳ روز هر ۴ ساعت ۲-۳ عدد و بعد از آن هر ۶ ساعت استفاده شود.
- با این دستور و رعایت تدابیر لازم گرفتگی های صدای چندین ساله هم گاهی به

بهبودی کامل رسیده است.

در ضمن باید نزله و زکام درمان شود، خلط گلو و آبریزش بینی و حساسیت و ضعف مغز و مشکلات معده و رفلاکس و نفخ و یبوست هم برطرف شود تا به بهبودی کامل دست پیدا کنید.

«تدابیر سرفه‌های مزمن»

۱۰۰ گرم جو پوست کنده + ۱۰۰ گرم کشمش بدون هسته + ۱۰۰ گرم شنبلیله + ۲۵ گرم گل گاو زبان + ۱۵ گرم به‌دانه را یک ساعت جوشانده تا لعاب دهد سپس صاف کرده و با ۲۵۰ گرم عسل به قوام آورید. موقع خوردن با ۱ قاشق تخم خربزه و رازیانه پودر شده را با آن مخلوط کرده و روزی ۵-۶ بار مصرف شود.

## ۱۱- سینه پهلو (ذات الریه) = پنومونی

### الف: معرفی بیماری

**پنومونی** (به انگلیسی: Pneumonia) یا **ذات الریه** وضعیت التهاب ریه است که عمدتاً کیسه های میکروسکوپی هوا موسوم به آلوئول ها را تحت تأثیر قرار می دهد. این بیماری معمولاً در اثر عفونت ناشی از ویروس یا باکتری و گاهی نیز در اثر سایر میکرو ارگانیسمها، برخی داروها و شرایط دیگر مانند بیماری خودایمنی رخ می دهد. علائم شایع آن عبارتند از: سرفه، درد قفسه سینه، تب، و اشکال در تنفس.

### نشانه های اصلی سینه پهلو عفونی

افراد مبتلا به سینه پهلو عفونی اغلب سرفه همراه با خلط، تب همراه با لرز شدید، تنگی نفس، درد قفسه سینه گزنده یا شدید در حین نفس کشیدن، و افزایش تعداد تنفس را تجربه می کنند در افراد مسن، ممکن است گیجی مشهودترین علامت باشد. علائم و نشانه های متداول در کودکان زیر پنج سال عبارتند از: تب، سرفه و تنفس سریع یا اشکال در تنفس.

سینه پهلو عمدتاً به علت عفونت های ناشی از باکتری یا ویروس و معمولاً در موارد کمتر در اثر قارچ و انگل رخ می دهد.

### ذات الریه (سینه پهلو)<sup>۳۰</sup>

التهاب بافت ریه را گویند یا به بیان دیگر، عفونت دستگاه تنفسی علایم این بیماری بسیار مشابه بیماری طوطی است.

**علائم** سرفه ، تب و لرز ، خلط چرکی ، درد در قفسه سینه

## علل

عفونت ها ( آنفولانزا و ... ) کمبود روی ( ذات الریه کودکان ) ، برداشتن طحال ، میلوم مولتیپل ( ذات الریه عود کننده ) میکروب جرم های دندان ، عدم معالجه به موقع و سریع آبله مرغان ، مخملک ، تب ، تیفوئید ، سرخک و ...

## چه کسانی نباید از واکسن ذات الریه استفاده کنند ؟

۱ - کودکان زیر ۲ سال

۲ - بیماری های حاد و تب دار

۳ - بروز واکنش حساسیتی به واکسن

۴ - زنان باردار

۵ - نباید قبل از ۱۰ روز از درمان توسط اشعه یا شیمی درمانی ، فرد را واکسینه کرد .

۶ - مبتلایان به سندرم هوچکین که به طور مدام تحت شیمی درمانی یا اشعه درمانی قرار دارند .

## مضرات

تماس با مواد شیمیایی یا پاک کننده ها ، مواد مضر دیگر ( رنگ تازه ، لاک ، آستون ، الکل و سرکه ... ) سونا

تماس با حشره کش ها

تماس با گرده گیاهان یا گرده چوب .

استخر عمومی درخت بلوط

روغن های معدنی درخت افرا

تماس با کودها پنیر

تماس با دود سرخ کردنها ادویه جات تند

تماس با حیوانات خانگی و فضولات آنها

غذاهای سرخ کرده

بالش یا تشک یا جلیقه ساخته شده از پرندگان

**ب : نسخه ها**

**ذات الجنب (روایات)**

**عود هندی**

بر شما باد که از این عود هندی بهره برید. در این چوب ، هفت درمان است که یکی از آنها ذات الجنب است.

**بستک دریایی و روغن زیتون**

ذات الجنب را با بستک دریایی و روغن زیتون درمان کنید.<sup>۳۱</sup>

**سداب**

پیامبر (ص) فرمود : هر کس سداب بخورد و بخوابد. از سرگیجه و ذات الجنب ایمن باشد.<sup>۳۲</sup>

**ذات الریه (موسوی) <sup>۳۳</sup>**

در صورت غلبه دم زالو درمانی مانند بیماری سل انجام می شود در موارد دیگر پاکسازی خلط مقدم است.

**ذات الصدر (موسوی) <sup>۳۴</sup>**

آماس پرده در نواحی سینه نزدیک پهلو ؛ مانند ذات الجنب عمل می کنیم .

۳۱ سنن ترمذی ج ۴ ص ۴۰۷

۳۲ طب النبوی ص ۱۱

۳۳ زالو درمانی ، ص ۶۹

۳۴ زالو درمانی ص ۶۹

ذات الجنب (موسوی)<sup>۳۵</sup>

شوصه ورم پرده نزدیک سینه در پهلو؛ مانند ذات الریه و در صورت نیاز انجام می پذیرد.

## شومه (التهاب دیافراگم و التهاب درونی) = ذات الجنب (تبریزیان)

درمان جامع به اندازه ۲ عدد جو با آب زعفران مخلوط و روی سینه ضماد شود - داروی شافیه.

## درمان برونشیت و ذات الریه (ضیایی)

- ۱ - جوشانده گل مامور، ۲ - جوشانده پنیرک، ۳ - جوشانده گل آفتابگردان، ۴ - خوردن مخلوط آب سیب رسیده تازه با آب زردک (هویج رسمی یا هویج وحشی)، ۵ - به همراه غذا سیاه دانه و رازیانه خورده شود (در درمان آسم و برونشیت مفید است)،
- جوشانده برگ بارهنگ روزی سه فنجان (در درمان آسم برونشیتی مفید است).

## ذات الریه مکرر (روازاده)

پرسش: لطفاً بفرمایید برای درمان ذات الریه‌های مکرر دختر ۵ ساله‌ام که با تنگی نفس همراه است چکار کنم؟

۱. بعد از حمام گرم دو دقیقه از مچ پا به پایین آب سرد بریزید؛ ۲. از خوردن تنقلات، سس، کاکائو و مواد کارخانه‌ای خودداری کند تا سیستم دفاعی او قوی شود؛
۳. ضمناً حجامت هم انجام شود؛ ۴. در هنگام سرما خوردگی دم کرده مرزنجوش و چهار تخمه استفاده کند. ۵. غذاهای گرم و تر به او بدهید. بادام، آب هویج و کشمش را جز خوراکی‌های روزانه او قرار دهید. سر کودک را با روغن‌های زیتون و سیاه دانه چرب کنید.<sup>۳۶</sup>

۳۵ زالودرمانی ص ۶۹

۳۶ (پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۵۲)





## ۱۲ - عطسه

## الف: معرفی بیماری

## عمل عطسه کردن

عطسه نوعی واکنش دفاعی بدن (رفلکس) به مواد محرک تنفسی یا التهاب مجاری تنفسی یا برای دفع ترشحات در هنگام بیماری است. مکانسیم عطسه خروج سریع هوای بازدمی بر اثر انقباض عضلات تنفسی است.

## رفلکس عطسه

رفلکس عطسه بسیار شبیه سرفه است به استثنای اینکه به جای مجاری تنفسی تحتانی مربوط به مجاری بینی است. محرک ایجاد کننده رفلکس عطسه در مجاری بینی است و ایمپالسه‌های آوران از طریق عصب پنجم به پیاز مغز تیره می‌روند که در آنجا رفلکس عطسه تحریک می‌شود. به این ترتیب مقدار زیادی هوا به سرعت از طریق بینی عبور می‌کند و به این ترتیب به پاک کردن مجاری بینی از مواد خارجی کمک می‌کند. زمانی که عطسه روی می‌دهد قفسه سینه شدیداً منقبض می‌شود. در همان زمان گلوت بسته می‌شود به طوری که تا قبل از باز شدن گلوت، هوا با فشار زیادی در پشت آن جمع می‌شود این حالت انفجاری هوا مقدار زیادی از ترشحات و مواد خارجی مانند میکروبها را پاک می‌کند و آنها را با فشار خارج می‌سازد. البته متأسفانه این رفلکس دفاعی خوب بدن مانند سرفه باعث گسترش بیماری می‌شوند.

## ب: نسخه ها

### عطسه (روایات)

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): عطسه کردن، برای بیمار، نشان بهبود و راحت بدن است. <sup>۳۷</sup>

امام صادق (علیه السلام): عطسه فراوان، شخص را از پنج چیز، ایمن می بخشد: نخستین آنها جذام است؛ دوم، بادهای بدخیمی که در سر و صورت، جای می گیرند؛ سوم آن که مایه ایمنی از ریزش آب در چشم می شود؛ چهارم آن که از سختی حفره های بینی مصونیت می دهد؛ و پنجم آن که از بیرون آمدن مو در چشم، ایمنی می دهد. <sup>۳۸</sup>

امام رضا (علیه السلام): بدان که علت عطسه آن است که خداوند، چون بنده ای را نعمتی دهد و او سپاسگذاری از آن را از یاد ببرد، خداوند، بادی بر او چیره می سازد که در تن وی می چرخد و سرانجام، از سوراخهای بینی او بیرون می آید و شخص، خداوند را بر آن عطسه، سپاس گوید و خدا، این سپاس گفتن را سپاس آن نعمت قرار می دهد. همچنین، هیچ کس عطسه نمی کند، مگر این که غذایش گوارا می شود. <sup>۳۹</sup>

بانوی خدمتگذار امام عسگری (علیه السلام) :- یک شب پس از میلاد صاحب الزمان (علیه السلام)، هنگامی که در حضور وی (امام زمان) رسیدم و نزد او عطسه ای کردم، به من فرمود: خدایت رحمت کند!

از این دعا، شادمان شدم. پس به من فرمود: آیا به تو درباره عطسه، مژده ای ندهم گفتم: چرا، سرورم.

۳۷ کافی ج ۲ ص ۶۵۶

۳۸ مکارم الاخلاق ج ۲ ص ۱۶۵

۳۹ الفقه المنسوب للامام رضا(ع) ص ۳۹۱

فرمود: آن (به معنای) در امان بودن از مرگ تا سه روز است.<sup>۴۰</sup>

امام صادق (علیه السلام): هر عطسه ای برای بدن، سودمند است، تا زمانی که شمار آنها از سه افزون نشده است؛ اما چون از سه افزون شود، درد و بیماری است.<sup>۴۱</sup>

### انفیه با روغن مرزنگوش

امام صادق (علیه السلام) فرمود: اگر دوست داری که عطسه هایت کم باشد، با روغن مرزنگوش، انفیه کن.

پرسیدم: به چه مقدار؟

فرمود: به مقدار یک دانگ.

من، این کار را پنج روز انجام دادم و این حالت در من از میان رفت.<sup>۴۲</sup>

### عطسه های شدید و مکرر (روازاده)

- یکی از علل مهم آن ضعف مغز است و درمان آن تقویت مغز می باشد که با خوردن روزی ۲۱ عدد بادام شیرین و ۴۰ عدد مویز سیاه بی دانه و خوردن هفته ای یک تا دو بار کله پاچه و هلیم و استفاده از کلاه توصیه می شود.

۴۰ کمال الدین ص ۴۳۰

۴۱ کافی ج ۲ ص ۶۵۶

۴۲ مکارم الاخلاق ج ۲ ص ۱۶۵

## ۱۳- انواع سرفه

( خشک، خلطی، خونی، سیاه سرفه، آسمی، عفونی و...)

الف: معرفی بیماری

### سیاه سرفه<sup>۴۳</sup>

حساسیت، خشکی بینی، سل، سرخک، عفونت دستگاه تنفسی، مصرف سیگار، ذات الریه، آسم، سرماخوردگی، سینوزیت حاد، ترشحات پشت بینی و ... در طب جدید شربت KETOTIFEN ( نام خارجی آن ZADITEN) در سرفه و آسم های حساسیتی استفاده می شود که حتماً باید با تجویز پزشک مصرف شود.

### انواع سرفه<sup>۴۴</sup>

۱) سرفه بدون سابقه قبلی ایجاد و با از بین رفتن علت قطع می گردد .  
مانند اثر سرما بر ریه ها در اثر هوای سرد یا نوشیدنی خیلی سرد و یا اثر مواد خشک کننده و زبر از قبیل گردو غبار، دود و یا مزه خوراک ترش، گس و یا تند .  
۲) سرفه بدون سابقه قبلی ایجاد شده و از بین نمی رود، که در اثر سوء مزاج گرم، سرد، رطوبی و یا خشک ریه ایجاد می شود .

یعنی مزاج پدید آمده باعث گرم کردن ریه، یا سرد کردن آن، یا رطوبت دهنده و یا خشکاننده ریه می باشد که می توان ساده بدون خلط و یا همراه با خلط باشد. که اگر همراه خلط باشد ماده خلط یا خونی، یا صفراوی یا بلغمی (آبکی) و یا سودائی میباشد. در اینجا باز به این نکته باید اهمیت داد که آیا خلط ایجاد شده از مجاری فوقانی

۴۳ درمانهای گیاهی

۴۴ حجامت درمانی ص ۲۵۴

دستگاه تنفس ایجاد گردیده یا خیر. اگر خلط از مجاری فوقانی دستگاه تنفس ایجاد گردیده و قسمت فوقانی نای را تحریک کرده، سرفه کم، ولی اگر نای و ریه ها را تحریک کند سرفه شدید ایجاد می شود. ماده تحریک کننده در اثر ریفلاکس و یا در زمینه بیماری در ریه ها موجب ایجاد سرفه می گردد.

(۳) سرفه با سابقه قبلی ایجاد گردد.

از دیگر علت های سرفه می توان از تغییرات هوا و فصل ها و از بیماری های خارج از دستگاه تنفسی هم چون التهاب کبد و طحال نام برد.

## انواع و علائم سرفه در طب سنتی

### علائم سرفه سرد

با سرما سرفه افزایش و با گرما کاهش می یابد. رنگ صورت در سرفه سرد شبیه به رنگ سرب می باشد و بیمار کمتر احساس تشنگی می کند و اگر همراه با سینوزیت یا سرماخوردگی باشد، بیمار همراه با گرفتگی بینی، احساس درد در پیشانی نیز می کند و همواره احساس می کند که چیزی از بالا بعد از گذشتن از گلو به سینه می ریزد. در نخستین مرحله، ماده ای را خارج نمی کند ولی در ادامه ماده بلغمی خامی را خارج می کند که رنگ آن زرد و گاهی به سبزی می گراید. اگر ماده خارج شده گرایش به سبزی داشت امکان همراه بودن با تب را نیز دارد.

### علائم سرفه گرم

برافروختن صورت و تشنگی شدید و درشتی نبض از علائم آن می باشد.

### علائم سرفه تر

بیشتر در افراد سالخورده به علت افزایش تری و بلغم ریه ها ایجاد می گردد. این افراد در خواب خرناسه زیاد دارند.

## علائم سرفه خشک

با فعالیت و گرسنگی شدت می یابد و در آرامش و سیری شکم کاهش می یابد. با شنا و نوشیدن رطوبت بخش ها نیز کاهش می یابد.

## ب: نسخه ها

### سیاه سرفه (روایات)

#### انگدان رومی با شکر

من در خدمت امام صادق (ع) بودم در مکه. شخصی از سیاه سرفه به ایشان شکایت کرد. حضرت به وی فرمودند: مقداری انگدان رومی و شکر را به یک اندازه تهیه و با هم مخلوط کن و آن را به صورت خشک به مدت یک یا دو روز بخور. این اذینه می گوید: بعد از این ماجرا آن مرد را دیدم و گفتم: بیش از یک بار انجام نداده بودم که بیماری ام برطرف شد.<sup>۴۵</sup>

#### دعای مخصوص

امام حسین (ع) می فرماید: امیر المومنین (ع) فرموده اند: هر کس گلو درد دارد و به سیاه سرفه شدید دچار شده و به سختی تنفس می کند باید با این کلمات خود را ایمن سازد. حضرت این کلمات را فرا گیر برای هر چیزی می خواندند: «قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: مَنْ اشْتَكَى حَلَقَهُ وَ كَثَرَ سَعَالَهُ وَ اشْتَدَّ يَأْسُ بَيْنِهِ فَلْيَعُوذْ بِهَذِهِ الْكَلِمَاتِ وَ كَانَ يُسَمِّيهَا الْجَامِعَةَ لِكُلِّ شَيْءٍ :

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَجَائِي وَ أَنْتَ ثِقَتِي وَ عِمَادِي وَ غِيَاثِي وَ رَفْعَتِي وَ جَمَالِي وَ أَنْتَ مَفْزَعُ الْمَفْزَعِينَ كَيْسَ لِلْهَارِبِينَ مَهْرَبٌ إِيَّاكَ وَ لَا لِلْعَالَمِينَ مُعَوِّلٌ إِيَّاكَ وَ لَا لِلرَّاغِبِينَ مُرْغَبٌ إِيَّاكَ وَ لَا لِلْمَظْلُومِينَ نَاصِرٌ إِيَّاكَ وَ لَا لِذِي الْحَوَائِجِ مَقْصِدٌ إِيَّاكَ وَ لَا

لِلطَّالِبِينَ عَطَاءٌ إِلَّا مِنْ لَدَيْكَ وَلَا لِلتَّائِبِينَ مَتَابٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَيْسَ الرِّزْقُ وَالْخَيْرُ وَالْفَرَجُ إِلَّا  
بِيَدِكَ حَزَنْتَنِي الْأُمُورُ الْفَادِحَةُ وَأَعْيَيْتَنِي الْمَسَالِكُ الضَّيْقَةُ وَ احْتَوَسَّنِي الْأَوْجَاعُ الْمُوجَعَةُ وَ  
لَمْ أَجِدْ فَتْحَ بَابِ الْفَرَجِ إِلَّا بِيَدِكَ فَأَقَمْتُ تِلْقَاءَ وَجْهِكَ وَ اسْتَفْتَحْتُ عَلَيْكَ بِالذُّعَاءِ إِغْلَافَهُ  
فَأَفْتَحْ يَا رَبِّ لِلْمُسْتَفْتِحِ وَ اسْتَجِبْ لِلدَّاعِي وَ فَرِّجْ الْكَرْبَ وَ اكْشِفِ الضَّرَّ وَ سُدِّ الْفَقْرَ وَ  
أَجْلِ الْحُزْنَ وَ أَنْفِ الْهَمَّ وَ اسْتَفِذْنِي مِنَ الْهَلَكَةِ فَإِنِّي قَدْ أَشْقَيْتُ [أَشْفَيْتُ] عَلَيْهَا وَ لَا أَجِدُ  
لِخَلَاصِي مِنْهَا غَيْرَكَ يَا اللَّهُ يَا مَنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ ارْحَمْنِي وَ  
اكْشِفْ مَا بِي مِنْ غَمٍّ وَ كَرْبٍ وَ وَجَعٍ وَ دَاءٍ رَبِّ إِنْ لَمْ تَفْعَلْ لَمْ أَرْجُ فَرَجِي مِنْ عِنْدِ  
غَيْرِكَ فَارْحَمْنِي يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ هَذَا مَكَانُ الْبَائِسِ الْفَقِيرِ هَذَا مَكَانُ الْخَائِفِ الْمُسْتَجِيرِ  
هَذَا مَكَانُ الْمُسْتَعِيثِ هَذَا مَكَانُ الْمَكْرُوبِ الضَّرِيرِ هَذَا مَكَانُ الْمَلْهُوفِ الْمُسْتَعِيدِ هَذَا  
مَكَانُ الْعَبْدِ الْمُشْفِقِ الْهَالِكِ الْغَرِيقِ الْخَائِفِ الْوَجَلِ هَذَا مَكَانُ مَنْ انْتَبَهَ مِنْ رُقْدَتِهِ وَ  
اسْتَيْقَظَ مِنْ غَفْلَتِهِ وَ أَفْرَقَ مِنْ عِلَّتِهِ وَ شِدَّةِ وَجَعِهِ وَ خَافَ مِنْ خَطِيئَتِهِ وَ اعْتَرَفَ بِذَنْبِهِ وَ  
أَحْبَتَ إِلَى رَبِّهِ وَ بَكَى مِنْ حَذَرِهِ وَ اسْتَغْفَرَ وَ اسْتَعْبَرَ وَ اسْتَقَالَ وَ اسْتَعْفَى وَ اللَّهُ إِلَى رَبِّهِ وَ  
رَهَبَ مِنْ سَطْوَتِهِ وَ أَرْسَلَ مِنْ عَبْرَتِهِ وَ رَجَا وَ بَكَى وَ دَعَا وَ نَادَى رَبِّ إِنِّي مَسْتَبِي الضَّرُّ  
فَتَلَفَّنِي قَدْ تَرَى مَكَانِي وَ تَسْمَعُ كَلَامِي وَ تَعْلَمُ سَرَائِرِي وَ عَلَانِيَتِي وَ تَعْلَمُ حَاجَتِي وَ تُحِيطُ  
بِمَا عِنْدِي وَ لَا يَخْفَى عَلَيْكَ شَيْءٌ مِنْ أَمْرِي مِنْ عَلَانِيَتِي وَ سِرِّي وَ مَا أُبْدِي وَ مَا يُكِنُّهُ  
صَدْرِي فَاسْأَلْكَ بِأَنَّكَ تَلِي التَّدْبِيرَ وَ تَقْبَلُ الْمَعَادِيرَ وَ تُمَضِي الْمَقَادِيرَ بِسُؤَالِ مَنْ أَسَاءَ وَ  
اعْتَرَفَ وَ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَ اقْتَرَفَ وَ نَدِمَ عَلَى مَا سَلَفَ وَ أَنَابَ إِلَى رَبِّهِ وَ أَسَفَ وَ لَازِمًا بِفِنَائِهِ وَ  
عَكْفَ وَ أَنَاخَ رَجَاهَ وَ عَطْفَ وَ تَبَتَّلَ إِلَى مُقْبِلِ عَثْرَتِهِ [وَ] قَابِلِ تَوْبَتِهِ وَ غَافِرِ حَوْبَتِهِ وَ رَاحِمِ  
غُرْبَتِهِ وَ كَاشِفِ كُرْبَتِهِ وَ شَافِي عِلَّتِهِ أَنْ تَرْحَمَ تَجَاوِزِي بِكَ وَ تَضْرَعِي إِلَيْكَ وَ تَغْفِرَ لِي  
جَمِيعَ مَا أَخْطَأْتُهُ مِنْ كِتَابِكَ وَ أَحْصَاهُ كِتَابُكَ وَ مَا مَضَى مِنْ عِلْمِكَ مِنْ ذُنُوبِي وَ  
خَطَايَايَ وَ جَرَائِرِي فِي خَلَوَاتِي وَ فَجْرَاتِي وَ سَيِّئَاتِي وَ هَفَوَاتِي وَ هَنَاتِي وَ جَمِيعَ مَا تَشْهَدُ

بِهِ حَفَظْتِكَ وَ كَتَبْتَهُ مَلَائِكَتِكَ فِي الصَّغَرِ وَ بَعْدَ الْبُلُوغِ وَ الشَّيْبِ وَ الشَّبَابِ وَ بِاللَّيْلِ وَ النَّهَارِ  
وَ الْعُدُوِّ وَ الْأَصَالِ وَ بِالْعَشِيِّ وَ الْأُبْكَارِ وَ الضُّحَى وَ الْأَسْحَارِ وَ فِي الْحَضَرِ وَ فِي السَّفَرِ وَ فِي  
الْحَلَاءِ وَ الْمَلَأِ وَ أَنْ تَجَاوَزَ عَنْ سَيِّئَاتِي فِي أَصْحَابِ الْجَنَّةِ وَ عَدَدِ الصِّدْقِ الَّذِي كَانُوا  
يُوعَدُونَ اللَّهُمَّ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ أَنْ تَكْشِفَ عَنِّي الْعِلَلَ الْعَاشِيَةَ فِي جِسْمِي وَ فِي شَعْرِي وَ  
بَشْرِي وَ عُرْوَقِي وَ عَصَبِي وَ جَوَارِحِي فَإِنَّ ذَلِكَ لَا يَكْشِفُهَا غَيْرُكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ وَ  
يَا مُجِيبَ دَعْوَةِ الْمُضْطَرِّينَ.»

### نسخه امام رضا (علیه السلام)

محمد بن سلام می گوید: با گروهی از مردم خراسان خدمت امام رضا (ع) رسیدیم، بر آن حضرت سلام کرده و ایشان جواب دادند و هر کدام نیاز خود را از ایشان خواستند و ایشان بر آوردند. آنگاه حضرت رو به من کرده و فرمودند: حاجت را می پرسی؟ عرض کردم: ای پسر رسول خدا! از سیاه سرفه شدید به تو شکایت میکنم.

حضرت فرمودند: کهنه است یا تازه. عرض کردم: هر دو.

فرمودند: یک جزء فلفل سفید و دو جزء ابر فیون و یک جزء خربق سفید و یک جزء سنبل و یک جزء هل و یک جزء زعفران و یک جزء شاهدانه<sup>۴۶</sup> را آرد کرده و با پارچه ای نرم صاف کن و آن را با عسل خالی، از کف هم وزن مواد تهیه شده مخلوط کن و برای سیاه سرفه کهنه و تازه یک حبه آن را پیش از خواب با آب رازیانه گرم نه سرد می خوری که سیاه سرفه را ریشه کن می کند.

### فایده سرفه

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): چهار چیز را نا خوشایند مدارید... و سرفه را؛ چرا که فلج را ریشه کن می کند.

۴۶ در کتاب آمده (النسخ) ولی صحیح آن (البنج) است.



## زیره کوهی

مردی نزد امام صادق (علیه السلام) از سرفه اظهار ناراحتی کرد، در حالی که من نیز حضور داشتم. امام (علیه السلام) به او فرمود: در کف دست خود، قدری کاشم (نوعی زیره کوهی) و به همان اندازه، شکر بریز و برای یک یا دو روز، این سفوف را بخور.<sup>۴۷</sup>

## درمان سیاه سرفه (خیراندیش)<sup>۴۸</sup>

- جوشانده ی پامچال طبی را که در مورد برونشیت شرح دادیم به همان اندازه و مقدار که با عسل شیرین شده باشد به بچه هایی که دچار سیاه سرفه شده اند بدهید سرفه های ناراحت آنها را به خوبی درمان خواهد کرد.

## زخم گلو از سرفه خشک مستمر (خیراندیش)<sup>۴۹</sup>

- ۱) عسل خالص هر شب و صبح یک قاشق مرباخوری به صورت لیسیدن
  - ۲) نوشیدن عرق نعناع و عسل ولرم هر یک لیوان تا ۷۲ ساعت به صورت آرام.
- ### سرفه خشک (خیراندیش)<sup>۵۰</sup>

روغن بادام ۵ واحد و عسل یک واحد مخلوط کرده و مزمه کنید و بخورید.  
یک عدد پیاز را ورق ورق کرده عسل بزیند هر شب بخورید یا پیاز را داخل نمک بپزید و آب نزنید و بعد پیاز را با عسل بخورید.

## سرفه شبانگاهی (خیراندیش)<sup>۵۱</sup>

اول سینوزیت را درمان کنید بعد به نسخه سرفه خشک عمل کنید.

## تسکین سرفه

مخلوط آب ریحان تازه با شیر تازه را غرغره کنید و قورت دهید،  
هفت عدد انجیر پخته را بفشارید و آب آنرا غرغره کنید و قورت دهید.

۴۸ کتاب عسل، ص ۹۰

۴۹ کتاب عسل، ص ۱۲۷

۵۰ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

۵۱ سخنرانی استاد در تربت حیدریه

## سرفه (تبریزیان) ۵۲

داروی جامع با آب رازیانه گرم موقع خواب - سرفه موقت نباید درمان شود چون پیشگیری کننده سکتته است ولی اگر سرفه شدید بود داروی جامع یک نخود با آب رازیانه گرم را ۳ شب موقع خواب بخورد یا پودر کاشم (انجدان رومی) بخورد - داروی پالایش ریه هم مفید است. اگر سرفه همراه با خلط باشد، باید خلط آور هم مصرف شود و هم بلغم زدا.

## سرفه های خشک (ضیایی)

پرهیز شود از: سرخ کردنی، گرمای خشک، میوه نارنگی، شکلات، ترشیجات، خوردن ماست و دوغ در شب

درمان: ۱. میوه خرمالو، ۲. دمکرده کاسبرگ خرمالو، ۳. جوشانده آب نخود (حتی در درمان بیماری خروسک نیز مؤثر است)، ۴. جوشانده گل زوفا، ۵. دمکرده گل ختمی خبازی (ضد سرفه، ضد خشونت صدا، ضد رو دل)

## سرفه شدید که قطع نمیشود (بنی هاشمی)

۱- فصد خفیف اکحل (البته حتما خفیف باشد) ۲- انار شیرین را از قسمت قیف انار سوراخ کنید و روغن بادام شیرین بریزید تا لبریز شود. بعد روی بخاری بگذارید تا بپزد و جذب شود تا سه مرحله روغن بادام شیرین بریزید و بپزد تا روغن جذب شود و بعد انار را تحت فشار بکمید. این نسخه بارها تجربه شده است.

## سرفه مزمن (بنی هاشمی)

شیره انگور با بذرنشیلله و انجیر جهت سرفه های مزمن خوب است.

## درمان سرفه های خشک مزمن (ضیایی)

شکر تیغال (تیقال) (۳ مثقال) + گل زوفا (۴ مثقال) + عناب (۵ مثقال)، را پودر نموده و بمقدار یک قاشق چایخوری از این مخلوط در یک استکان آبجوش، دم بکشد، ولرم که شد هم بنزید، غرغره کنند و قورت دهند.

## درمان انواعی از سرفه (ضیایی)

۱- حریره بادام ۲- مربای به ۳- دمکرده یا جوشانده یا شربت عناب ۴- آب جوشانده عدس را غرغره کنید و قورت دهید ۵- فندق تازه و روغن فندق ۶- میوه خرما لوی رسیده ۷- خورش بامیه ۸- بخور سیاهدانه ۹- سبزی تره و تره فرنگی، آب جوشانده این دو را غرغره کنید و بخورید.

## سیاه سرفه کودکان

۱. حملات سرفه همراه با یک تنفس شدید که صدای هوپ را تولید میکند،
۲. استفراغ به دلیل سرفه های شدید،
۳. خروج خلط زیاد به هنگام سرفه،
۴. سرفه در شب شدیدتر است

درمان:

۱. استفاده از واکسن سه گانه DTP (دیفتری، کزاز، سیاه سرفه)،
۲. استفاده از آب سارو در اطراف شهر قزوین،
۳. آش ساده، آش کدو، آش شلغم،
۴. آب نخود،
۵. چای آویشن،
۶. آب انار سیاه،

۷. شکر تیغال ( تیقال ) ۳ مثقال + گل زوفا ۴ مثقال + عناب ۵ مثقال ، را پودر نموده و بمقدار یک قاشق چایخوری در یک استکان آبجوش ، دم بکشد ، ولرم که شد هم بزنید ، غرغره کنند و قورت دهند ،

۸. شربت شلغم ، الف : آب شلغم با عسل ، ب : آب شلغم با پودر شاخه نبات ( هر دو در درمان سیاه سرفه ، سینه پهلو ، آنفولانزا ) موثر هستند ،

۹. غذای کامل کمکی بعد از غذای اصلی : الف : صبحانه شیر عسل ، فرنی ، ب : آب سیب عسل بعد از شام ، سوپ شلغم ،

۱۰. آویشن ۲۰ گرم + گل ماهور ۱۰ گرم + برگ پاخری ۱۰ گرم ( مقدار یک قاشق پلوخوری از مخلوط فوق را که قبلاً پودر شده در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت بیست دقیقه دم بکشد ، آنرا صاف کرده ، هر صبح و شام هر بار یک فنجان یعنی نصف لیوان ف میل کنید ) ،

۱۱. دانه کتان ۵ عدد + میوه انیسون ( بادیان رومی ) یک قسمت + میوه رازیانه یک قسمت + گیاه آویشن ۱/۵ قسمت ( مقدار یک قاشق پلو خوری از مخلوط فوق را که قبلاً پودر شده در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت بیست دقیقه دم بکشد ، آنرا صاف کرده ، صبحها و شبها هر بار یک فنجان یعنی نصف لیوان ، میل کنید )

### تسکین سرفه (سعال) ، رفع تنگی نفس

دمکرده مخلوط پَر سیاه + رازیانه ( بادیان = اِ جقو ) + انجیر ، به نسبت مساوی .

### سرفه همراه با خون (موسوی)<sup>۵۳</sup>

همانند دستورالعمل علاج سرفه عمل می کنیم و از داروهایی مانند بارهنگ ، انیسون شیرین ، زیره سبز و رازیانه بو داده شده و سویق عدس و تجویزات دیگر ضد خونریزی

بهره می بریم.

### سرفه، سعال (موسوی)<sup>۵۴</sup>

سرفه تر خوردن داروی خشک و زالو درمانی پشت هر گوش و پس از آن خونگیری پشت دست و ساعد نیز مفید است. هنگام غلبه بلغم دفع بلغم مقدم است.

سرفه خشک خوردن داروی تر و زالو درمانی پشت هر گوش. در مورد هر دو نوع سرفه بخور و عطوس و روغن بنفشه بادام هر شب انجام شود و غرغره با عرق آویشن ساعت به ساعت ضروری است و از ابتدای درمان تا ۲۴ ساعت بعد هر نوع سرفه و عفونت گلو را از بین می برد.

### سرفه ناشی از ترشح سینوس ها<sup>۵۵</sup>

۱) قطره نازیل ( دارویی گیاهی با مواد موثر سیاه دانه ) داخل بینی چکانده شود به ترتیب :

- شب اول بینی چپ دو قطره در بینی راست یک قطره

- شب دوم بینی راست دو قطره در بینی چپ یک قطره

- شب سوم بینی چپ دو قطره در بینی راست یک قطره

۲) پیاز کوچک به اندازه تخم مرغ با عسل آغشته کند و هر شب یک عدد میل کند به مدت هفت شب

۳) در صورتی که سینوزیت مزمن و با مصرف قطره در روز ششم هنوز مواد مترشحه از طریق بینی و گلو جاری بود یک مرحله دیگر قطره نازیل به طریق فوق ادامه یابد.

۵۴ زالودرمانی ص ۶۷

۵۵ کتاب عسل ، ص ۱۱۹

**سرفه (گزارش درمان)**<sup>۵۶</sup> نام بیمار: آقای ا.س. سن: ۵ سال

علت مراجعه: سرفه های شدید و خشک

علائم بیماری: بیمار اظهار می دارد از ۲ سالگی یعنی به مدت ۳ سال است که دچار سرفه های مکرر و خشک شده است. که به دنبال این مشکل به متخصصین متعدد مراجعه نموده.

داروهایی نظیر شربت آموکسی سیلین، کوآموکسی کلاو، آمپول دگزامتازون، شربت برم هگزین، شربت دکسترومتورفان و ... استفاده نموده است که هیچ گونه نتیجه ای نگرفته است.

درمان های انجام شده:

پودر ضد سرفه و تنگی نفس

سیر درمان:

پس از یک ماه طی تماس تلفنی مادر بیمار از روند بهبودی کودکش گزارش داد و ذکر کرد با استفاده از داروهای گیاهی کودک ۱۰۰٪ خوب شده است.

پزشک معالج: دکتر محسن زحمتکش

**سرفه (گزارش درمان)**<sup>۵۷</sup>

۳۷ ساله، اهل تهران بیمار خانم ب.ت.

که به علت سرفه های شدید و آبریزش بینی و گرفتگی صدا و سردرد در مورخه ۸۳/۴/۲۷ به این مرکز مراجعه و تحت درمان قرار گرفتند. بیماری نامبرده از ۲ ماه قبل از مراجعه با سرفه های شدید و رینوره شروع می گردد که با مراجعه به پزشک از

۵۶ حجامت درمانی، ص ۲۵۸

۵۷ حجامت درمانی، ص ۲۵۷

داروهای آنتی هیستامین و آنتی بیوتیک های مختلف استفاده ولی نتیجه مطلوبی دریافت نمی کنند. از یک ماه قبل علاوه بر علائم فوق دچار گرفتگی صدا و سردرد نیز می گردد .

در سابقه پزشکی در سال گذشته دچار این علائم به صورت خفیف در فصل بهار می گردد که رفع می گردد سابقه Rectal polipectomy را در گذشته نیز می دهند. در سابقه خانوادگی مورد خاصی را ذکر نمی کنند. معاینه فیزیکی بیمار ( به جز علائم فوق ) نرمال بوده و از نقطه نظر طبایع: پوست بیمار خشک و گرم ، خشکی دهان ، اشتها به آب زیاد ، علاقمند به ادبیات و پر جنب و جوش می باشد.

بیمار دربدو ورود با تشخیص سرفه مزمن با پایه آلرژی و طیف صفرائی تحت درمان قرار گرفتند :

۱ - عرق کاسنی نصف لیوان + نصف لیوان آب شب ها

۲ - قطره نازیل ۲ دوره

۳ - شستشوی بینی با سرم فیزیولوژی ( آب نمک ) صبح و شب

۴ - حمامات عام

۵ - شربت به دانه + عسل صبح و ظهر و شب

۶ - حمامات گرم و خشک ریه ها ۷ مرحله یک روز در میان

۷ - حمامات آلرژی پیش بینی می گردد

در ویزیت بعدی کلیه علائم برطرف و بیمار از سیر درمان خود رضایت کامل را داشتند حمامات آلرژی انجام نگرفت.



## گزارش درمان

بیمار آقای ح. پ. ۴۶ ساله، مقیم آلمان<sup>۵۸</sup>

به علت سرفه های پی در پی از اوائل تابستان در مورخه ۸۳/۸/۱۹ به این مرکز مراجعه و تحت درمان قرار گرفتند. خلط به همراه سرفه را ندارند. سابقه کشیدن سیگار را ندارند. نامبرده به پزشکان متعددی در آلمان مراجعه کرده که نتیجه درمانی خوبی دریافت نمی کنند. تحت درمان با داروهای آنتی هیستامین قرار داشته اند. در سابقه پزشکی، آلرژی در تابستان را به صورت آبریزش بینی و عطسه و سرفه و بعضی اوقات تنگی نفس ذکر می کنند. در معاینه فیزیکی بیمار نرمال بوده و از نقطه نظر طبایع: پوست بیمار خشک، اندامی متوسط با تعریق گرم، خشکی دهان، اشتها به آب زیاد، علاقمند به محیط سرد می باشد.

بیمار در بدو ورود با تشخیص سرفه های تحریکی با پایه آلرژی و طبع صفرائی تحت درمان زیر قرار گرفتند:

۱ - عرق کاسنی نصف لیوان + نصف لیوان آب + یک قاشق مرباخوری عسل شب ها میل گردد.

۲ - حجامت عام

۳ - حجامت گرم ریه ها ۷ مرحله

۴ - پیش بینی حجامت آلرژی

در ویزیت بعدی سرفه های بیمار کاهش داشته ولی قطع نگردیده بود که برای بیمار حجامت گرم ریه ها از ناحیه جلو نیز انجام گرفت. بیمار بهبود کامل یافته و در حال حاضر در سلامتی کامل به سر می برد.

## گزارش درمان<sup>۵۹</sup>

بیمار آقای ع.غ. ۲۷ ساله ، اهل تهران

که به علت آبریزش شدید بینی و سرفه و عطسه های ممتد در مورخه ۸۳/۷/۱۹ به این مرکز مراجعه و تحت درمان قرار گرفتند. بیماری بیمار از تابستان امسال شروع شد به پزشکان متعددی مراجعه کرده و تحت درمان با آنتی هیستامین قرار می گیرند که اثر موقت داشته است. بیمار نیز از ریزش موی زیاد شکایت داشتند. در سابقه پزشکی و خانوادگی حساسیت را ذکر می کنند. در معاینه فیزیکی بیمار نرمال بوده و از نقطه نظر طبایع پوست بیمار خشک ، اندامی لاغر و باریک با تعریق سرد و خشکی دهان با اشتها به آب زیاد، وسواس و دودل و منظم می باشند.

بیمار در بدو ورود با تشخیص آلرژی و طبع سودا تحت درمان زیر قرار گرفت:

۱- خاکشیر یک قاشق غذاخوری + آب و شکر .

۲- حجامت عام ۲ مرتبه

۳- روغن مخصوص ریزش مو بر روی سر هر شب

چهارده روز بعد از حجامت عام مرحله دوم بیمار ویزیت گردید که از سیر درمان رضایت کامل را داشتند. آلرژی بیمار برطرف گردیده و ریزش موی بیمار قطع گردیده بود .

## سرفه های آسمی (باقری)<sup>۶۰</sup>

برای درمان سرفه با ریشه آسمی که ریه ، مشکل دارد و بیش تر ناشی از عفونت است چنین عمل کنید:

۵۹ حجامت درمانی ، ص ۲۵۷

۶۰ طب اصول گرا ، ص ۱۲۶

ریشه شیرین بیان + زوفا + پر سیاوشان + پونه (پونه کوهی بهتر است) مواد فوق را به مقدار مساوی مخلوط کرده، جوشانده و در هر ۲ لیتر از این جوشانده ۵۰ گرم گل پنیرک ریخته، دم کرده سپس انجیر را در آن خیسانده و میل کنید.

## توجه

۱- در ترکیب فوق می توانید مقدار گل پنیرک را افزایش دهید.

۲- شیره طبیعی انگور برای درمان انواع سرفه ها، کار ساز و مفید است.

## درمان سرفه (یکتا) ۶۱

۱- پونه، آویشن، اسطوخودوس، پر سیاوشان و پنیرک را با هم دم کرده، در سه وعده هر وعده یک فنجان میل کنید.

۲- داروی دیگر برای درمان سرفه، دم کرده به دانه است.

۳- یک قاشق چایخوری نشاسته را داخل یک فنجان آب درست کرده و مصرف کنید، سینه را نرم می کند.

۴- پیه گوسفند را روی سینه بمالید و پنج دقیقه آرام ماساژ بدهید. این دارو مخصوصاً برای بچه هایی که سرفه می کنند مفید است.

۵- یک قاشق چایخوری صمغ عربی را داخل یک فنجان عرق کاکوتی یا عرق پونه یا عرق اسطوخودوس یا عرق دم کرده جرعه جرعه میل کنید.

۶- شیره انگور نیز برای درمان سرفه، مفید است. خود انگور برای سرفه، بد است اما شیره انگور درمان کننده سرفه است. شیره انگور را شربت کرده و میل کنید. هر انگوری که باشد فرقی نمی کند. مصرف سرخ کرده ها و انگور سرفه را بیش تر می کند.

## سرفه و سیاه سرفه (باقری) ۶۲

سرفه و سیاه سرفه را با روش های زیر درمان کنید :

۱- پونه + خارشتر + خالواش + کلیوره + شکر تیغال + شیرین بیان

این مخلوط را در یکی از عرقیات ( عرق خارشتر، عرق پونه و یا عرق شیرین بیان) جوشانده پس از یک ربع وقتی از جوش افتاد در هر دو لیتر از آن ۵۰ گرم پنیرک ریخته دم کرده و جوشانده را صاف کنید .

سه وعده ، هر وعده یک استکان از آن را با عسل طبیعی ، شیرین کرده و پس از غذا میل کنید .

### توجه

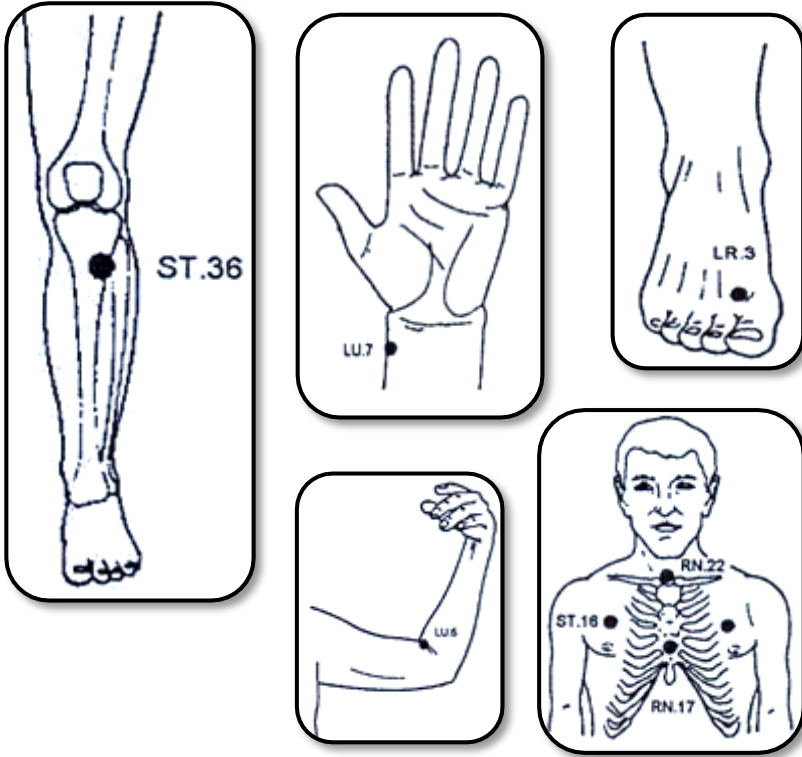
۱- گل پنیرک را نجوشانید چون خاصیتش را از دست می دهد .

۲- مقداری ( مثلاً یک لیوان سرخالی) از همان جوشانده (را که در روش اول گفتیم) جدا کرده در هر لیوان یک قاشق غذاخوری صمغ عربی ریخته ، صبر کنید دو ساعت بماند تا لعاب بیندازد و ژله ای شود آن گاه این دارو را داخل دهان گذاشته مک زده و میل کنید .

این دارو ، سرفه های ۳۰ ساله را به یاری خدا مداوا می کند .

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

سرفه ۶۳



## ۱۴- سرطان ریه و نای

### درمان سیل و سرطان ریه (ضیایی)

۱. صبح: آب و آبجوش ولرم با یک قاشق چایخوری پودر گلِ اُسطوخدّوس با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۲. صبحانه: شیر با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۳. بین روز و عصرانه: دمکرده سیاهدانه با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۴. عصرانه: یک قاشق چایخوری پودر اُفتیمون در یک لیوان آب با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۵. مغرب: آب، آبجوش ولرم با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۶. شب قبل از خواب: آب سیب طبیعی با عسل اُسطوخدّوس یا با عسل زنجفیل
۷. سُمّاق همراه با ناهار و شام بخورد.
۸. کنگر فرنگی (آرتیشو، پوارو)، و کنگر وحشی (خار مقدّس)، هر دو ضدّ سرفه های شدید و ضدّ سیلِ ریوی پیشرفته و ضدّ سرطان میباشند.

### سرطان نای و سرطان ریه (تبریزیان)<sup>۶۴</sup>

درمان مشترک کل سرطانها (به جز سرطان خون) داروی ثفا است و داروهای عمومی مانند شافیه - سنا مکی - طریفل و امثال آنها مفید است - هاضوم - داروی جامع + یک لیوان جوشانده رازیانه - دستور ورم - سایر دستورات عمومی سرطانها.

## ۱۵- زکام و سرماخوردگی

## الف: معرفی بیماری

در اصطلاح گیاه درمانی اگر آبریزش از بینی به طرف خارج باشد زکام و اگر به طرف حلق و سینه رهسپار گردد نزله نامند که این خودزمینه را برای برنشیت و ورم ریه و سایر بیماریهای ریوی مستعد می سازد چه مزاج بیمار گرم و چه سرد باشد باید تا سه روزه جز آش جو هیچ طعام و آشامیدنی به او ندهند.

عنب، سه پستان، گل اروانه، بنفشه را به صورت جوشانده بکار برند و از غذاهای سرخ کرده و ترش بسیار سرد و محرک پرهیزند و نیز از ماش، اسفناج، سبوس گندم، نشاسته به صورت حریره و روغن بادام و شکر استفاده نمایند اگر بیماری که مبتلا به زکام است بر روی شکم بخوابد و صورت را روی بالش گذارد تاماده بتواند بهتر جاری شود در بهبودی بیمار مؤثر است زیرا در این صورت مایعات از حلق به طرف پائین سرازیر نمی شود. مبتلایان به زکام باید حتماً سر را بپوشانند و از هوای سرد و شمالی پرهیزند، هر چند عطش داشته باشند نباید آب سرد بنوشند. اینگونه بیماران کمتر بخوابند زیرا ماده بیماری زا بیشتر می تواند به سوی حلق سرازیر شود و بیشتر به حالت نیمه نشسته بسر برند و استراحت کامل کنند.

بقراط معتقد است (۶) اگر ماده نزله به سوی ریه ریزش کند پس از چندی به چرک مبدل خواهد شد) این نیز پایه اولیه بیماریهای ریوی به علت سینوزیت ها، می باشد. جویدن یخ و نوشیدن آب خیلی سرد همه مولد نزله اند.

## زکام در مزاج صغراوی

علائمی چون سوزش چشم و سر، سیلان اشک، تلخی دهان، عطش، خروج رطوبت از دهان و بینی.

## زکام در مزاج سوداوی

مزاجهای سوداوی کمتر گریب می شوند و اگر مبتلا شدند آسیب بیشتری می بینند زیرا خشکی چشمها، سنگینی سر و خشکی بینی، سردرد شدید، در اینجا بیشتر دیده می شود، دهان بوی سوختگی می دهد و بوی دود از بینی و دهان احساس می شود و زود تبدیل به عفونت سینوسها می گردد.

## سرماخوردگی<sup>۶۵</sup>

بیش از ۲۰۰ نوع ویروس سرماخوردگی شناخته شده است و علائم آن تا ۳ روز در بدن باقی است پس برای درمان آن زیاد عجله نکنید.

علل زود سرما خوردن:

ضعف سیستم ایمنی (در سرطان، ایدز و...) عدم استفاده فرد هنگام نوزادی از شیر مادر، اختلال گره های لنفی آدنوئید، عدم رعایت مسائل بهداشتی.

## مضرات

غذاهای آماده	غذاهای ثقیل و چرب
غذاهای سرخ کرده	آب یا نوشابه های سرد
تخم مرغ	جوش شیرین
کوکوها	سرکه
ترشی جات	خیارشور



پس از استحمام زیر کولر قرار گرفتن یا هنگام سرما از منزل خارج شدن آسپرین (تجویز آسپرین به کودکان یا نوجوانان دارای بیماری ویروسی خطرناک است).

## ب: نسخه ها

### زکام (روایات)

#### زکام در تابستان و زمستان

امام رضا (ع) فرموده اند: در بوئیدن گل نرگس درنگ نکن که در زمستان از ابتلا به زکام جلوگیری می کند و همچنین است سیاه دانه. آنگاه که آدمی در تابستان از ابتلا به زکام می ترسد باید روزی یک عدد خیار بخورد و از نشستن در آفتاب پرهیز کند.<sup>۶۶</sup>

#### شهد عسل

امام رضا (علیه السلام): هر که می خواهد در همه زمستان از سرما خوردگی دور بماند، هر روز، سه لقمه عسل با موم بخورد.<sup>۶۷</sup>

#### گل نرگس

امام رضا (علیه السلام): گل نرگس ببوید؛ زیرا از زکام، ایمنی می بخشد. همچنین است سیاه دانه.<sup>۶۸</sup>

#### شیاف روغن بنفشه

امام صادق (علیه السلام): پنبه ای را به روغن بنفشه آغشته می کنی و به هنگام خفتن در نشیمن گاهت می گذاری. به خواست خداوند، برای زکام، سودمند است.<sup>۶۹</sup>

۶۶ بحارالانوار ج ۶۲، ص ۳۲۴.

۶۷ طب الامام رضا ص ۳۷

۶۸ طب الامام رضا (ع) ص ۳۸

۶۹ مکارم الاخلاق ج ۲ ص ۲۱۰

## طب جدید عامل سرطان و بیماریهای شدید

طب جدید فوری آبریزش زکام را قطع و خشک میکند. و تبدیل به عفونت شدید و بیماری سخت میشود. عفونت همه بدن را به مرور زمان ویران میکند.

پیامبر خدا (ص): زکام، سربازی از سربازان خداوند (عزوجل) است که خدای عزوجل، آن را به سرکوب درد بر می انگیزد و درد را از میان می برد.<sup>۷۰</sup>

امام صادق (علیه السلام): پیامبر خدا، زکام را درمان نمی کرد و می فرمود: هیچ کس نیست که رگی از جذام در او نباشد؛ و چون زکام به شخص برسد، این رگ را در هم می کوبد.<sup>۷۱</sup>

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): در هر یک از آدمی زادگان، دو رگ هست: رگی در سر، که جذام را تحریک می کند، و رگی در بدن، که پیسی را می انگیزد. چون آن رگی که در سر است، به حرکت آید، خداوند، زکام را بر آن مسلط میسازد تا هر بیماری ای که در آن است، بیرون رود. از این رو، اگر کسی از شما در بدن خود، احساس زکام کرد یا کورکی دید، خداوند را شکر عافیت گوید. همچنین فرمود: زکام، فضولاتی در سر است.

امام صادق (علیه السلام) :- از زکام نزد امام (علیه السلام) اظهار ناراحتی کردم. فرمود: ((کرده ای از کرده های خداوند، و سربازی از سربازان خداست که خداوند، آن را به پیکار با بیماری در تن تو برانگیخته، تا آن را از جای برکند. پس چون آن را از میان برکند، بر تو باد (به وزن یک دانگ شونیز و نیم دانگ کندس که آرد گردد) و به بینی رانده شود. این کار، زکام را از میان می برد. اگر هم می توانی هیچ درمانی

۷۰ کافی ج ۸ ص ۳۸۲

۷۱ کافی ج ۸ ص ۳۸۲

برایش به کار نگیری، این کار را بکن؛ چرا که آن منافی بسیار دارد.<sup>۷۲</sup>

## خرمای برنی

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله وسلم): بر شما باد برنی؛ چرا که خستگی را از میان می برد، در برابر سوز سرما گرمی می دهد، در برابر گرسنگی سیر می کند و در آن، هفتاد و دو باب شفاست ۷۳.

## گردو

امام علی (علیه السلام): خوردن گردو در گرمای شدید، حرارت را در بدن بر می انگیزد و زخم های تن را تحریک می کند؛

اما خوردن آن در زمستان، کلیه ها را گرم می کند و سرما را می راند.<sup>۷۴</sup>

## پماد ضد سرما خوردگی ( خیر اندیش )<sup>۷۵</sup>

یک قاشق غذاخوری عسل طبیعی، سفیده تخم مرغ یک عدد، یک قاشق غذا خوری گلکیرین، مقدار کافی آرد سفید و یک قاشق چای خوری گلاب همه را مخلوط نموده به صورت خمیر در آورید.

قسمت سرما زده بدن را با آب گرم بشوید، خشک نمایید و روی آن از خمیر فوق قرار دهید و سپس روی آن را با تنزیب یا پارچه پنبه ای بپوشانید.<sup>۷۶</sup>

## معالجه ی زکام (خیر اندیش)<sup>۷۷</sup>

اگر دچار زکام شده اید، بر حسب سن و سال خود، از ۲۵ تا ۲ گرم گرده ریشه زنبق را

۷۲ طب الاثمه ص ۶۴

۷۳ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۶۵

۷۴ الکافی ج ۶ ص ۳۴۰ ح

۷۵ عسل ص ۶۸

۷۶ عسل ص ۶۸

۷۷ عسل ص ۸۰

با کمی عسل مخلوط و بنوشید.<sup>۷۸</sup>

### سرما خوردگی و حساسیت ( خیراندیش )<sup>۷۹</sup>

در بعضی کتاب ها نوشته شده کسانی که می خواهند سراسر زمستان را از سرما خوردگی محفوظ بمانند باید قبل از فصل مذکور روزانه مقداری اندک ویتامین ث و ویتامین آ تناول نماید. ولی آنچه را که همه بر این نظرند اثر درمانی عسل در زکام و سرما خوردگی هاست که هم طب قدیم و طب جدید آن را متذکر نموده ، امام رضا علیه السلام در این مورد فرموده اند:

هر کس بخواهد در دوره زمستان ، زکام را از خود دور بدارد هر روز سه لقمه عسل میل کند . ( و من اراد مدۀ الشتاء فلیا کل یوم ثلاث لقمه من الشهد و اعلم للعسل دلائل يعرف به نفعه من ضربه و ذلک منذ شی إذ ادر که الشم عطس و منذ شی یشکر و له عند الذوق حراره ( حرافه ) شدیدۀ فهذه الانواع من العسل قاتله ) .

به علاوه می دانیم کسانی که به پولن و گرده گیاهی حساس باشند با بویدن آن حساسیتی نشان می دهند که واضح ترین آنها عطسه زدن و آبریزش بینی است . با توجه به اینکه گرده های گیاهی همیشه جزء عسل ها می باشند.

حضرت می فرماید : عسلی که بویدن ان تولید عطسه می کند خوردنش برای همان کس ضرر دارد یا عسلی که مستی می آورد ، یا گلو و مری را می سوزاند. باز آنچه نشانی از یک نوع حساسیت می باشد ، خوردنش از طرف حضرت ممنوع شناخته شده است.

۷۸ عسل ص ۸۰

۷۹ عسل ص ۳۶

و اما فرمول های زیر که بر پایه ی عسل تهیه می شوند ، برای بر طرف شدن عوارض سرما خوردگی نافع است. ( منظور از یک قاشق غذا خوری است.)

مخلوط یک قاشق عسل + آب ولرم + یک قاشق آب لیمو ترش (قبل از هر وعده غذا)

مخلوط یک قاشق عسل + یک لیوان شیر ولرم (قبل از هر وعده غذا) مخلوط ۱۰۰ گرم عسل + نصف استکان آب لیمو ترش (یک قاشق قبل از هر وعده غذا)

یک قاشق عسل + یک استکان دم کرده مریم گلی + یک استکان شیر (بعد از نهار و شام به مدت دو روز) <sup>۸۰</sup>

### سرما خوردگی و آنفولانزا (تبریزیان) <sup>۸۱</sup>

مرکب ۷ ( ۱۵ ماهه) - داروی امام کاظم ع.

### سرفه و سرما خوردگی (بنی هاشمی)

۲۰ گرم برگ خشک اسطوخدوس را با ۲۰ گرم پوست انار تازه (اگر نبود پوست انار خشک) بمدت ۵ دقیقه در آب جوش بجوشانید و صاف کرده و در طول روز هرچقدر توانستید استفاده کنید بهترین زمان مصرف شب قبل از خواب و صبح ناشتا قبل از صبحانه می باشد.

### سرما خوردگی مکرر (بنی هاشمی)

ژل آلوئه ورا با عسل را مخلوط کنید و بخورید.

### سرما خوردگی (روازاده)

جوشانده زیر برای سرما خوردگی مفید می باشد :

۸۰ عسل صفحات ۳۸ و ۳۹

۸۱ کتاب و سخنرانی های استاد

شکر تیغال+ بارهنگ به مقدار مساوی در یک لیوان آب جوش به مدت یک ربع دمکرده و میل کنید.

دمکرده خرفه+ بارهنگ از هر کدام یک قاشق مرباخوری در یک لیوان آب جوش به مدت یک ربع ساعت برای دفع اخلاط سینه، آسم، برطرف کردن خشکی حنجره و رطوبت بخشی بدن مفید و موثر می باشد.

مخلوطی از آویشن + مرزنجوش + زوفا از هر کدام یک قاشق مربا خوری با هفت عدد انجیر خشک در یک تا دو لیوان آب به مدت پنج تا ده دقیقه دمکرده و بعد از صاف کردن روزی دو مرتبه میل شود واز بخور آن نیز استفاده شود.

خوردن جوشانده چهار تخمه، دمکرده نعناع با پونه به مقدار مساوی و خوردن آن با عسل، دمکرده مرزنجوش، استنشاق آب نمک رقیق و غرغره با آن، استفاده نکردن از ماست و دستمال و استنشاق هوای بیشتر (البته هوای سرد نباشد) تا سیستم ایمنی بدن تحریک شود در درمان بیماری موثر می باشد.

گرم نگه داشتن سروصورت و مصرف آش سیر و پیاز و خوردن غذاهای مقوی، انجام حمام دو هفته یکبار بعد از بهبودی از سرماخوردگی.

پرهیز از مصرف سرخ کردنی ها و مواد کارخانه ای و تنقلات و پفک و چیپس و کاکائو و سس و ...

در طب سنتی در درمان سرماخوردگی نباید ترشحات بینی را بند آورد تا مواد زائد و عفونتها خارج شوند اما در طب جدید ترشحات بینی را با استفاده از آنتی بیوتیک بند می آورند که موجب غلیظ شدن ترشحات و تخلیه نشدن عفونتها از سر می شود.

## مقاوم سازی کودکان بر سرماخوردگی (روازاده)

پرسش: برای مقاوم سازی کودکان در برابر سرما خوردگی چه باید کرد؟

پاسخ: برای مقاوم سازی کودکان:

۱. غذای سالم و طبیعی استفاده شود؛
۲. از خوردن مواد کارخانه‌ای (تنقلات) پرهیز شود؛
۳. حجامت انجام شود؛
۴. غذاهای گرم و تر استفاده شود؛
۵. در هنگام سرماخوردگی از دم کرده آویشن، نعناع و پونه استفاده شود.<sup>۸۲</sup>

## سرماخوردگی

سن ۶ سال

پرسش: با شروع فصل سرما، برای درمان سرماخوردگی کودکان در صورت چرکی شدن گلو که معمولاً پزشکان از آنتی بیوتیک استفاده می‌کنند چه اقداماتی باید انجام داد؟

پاسخ:

گاهی قطره جوش شیرین در بینی کودک بریزید.

مصرف نمک دریا را خصوصاً قبل و بعد از غذا عادت بدهید.

دادن شربت زوفا و چهار تخمه و عادت به مصرف شلغم و لبو و فرنی و... توصیه می‌شود.

در صورت چرکی شدن از جوشانده نعناع و بابونه و مرزنجوش به صورت نوشیدن و غرغره استفاده شود.<sup>۸۳</sup>

۸۲ (پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۸۸)

۸۳ پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روازاده ج ۳ ص ۲۴.

## سرما خوردگی نوزاد (روازاده)

پرسش: نوزاد شش ماهه‌ای مدام دچار سرما خوردگی و سبز شدن مدفوع می‌شود، چه راه حلی پیشنهاد می‌کنید؟

پاسخ: تغذیه سالم داشته باشد و اگر شیر مادر می‌خورد باید مادر تغذیه خوب داشته باشد تا به اندازه کافی مواد مغذی به بچه برسد. از غذاهای گرم و تر استفاده شود. از غذاهای سرد پرهیز شود. تمام بدن را هفته‌ای سه بار با روغن زیتون چرب کرده و ماساژ بدهید.<sup>۸۴</sup>

## پیشگیری از سرما خوردگی

خوردن روزی یک لیوان آب سیب با یک قاشق غذا خوری عسل. بهترین راه درمان سرماخوردگی رعایت اصول تغذیه و تقویت سیستم ایمنی بدن می‌باشد.

## درمان زکام (دریایی)

دکتر حسام شمس پاشا در کتاب «درمان با سیاه دانه» می‌نویسد:  
« جهت درمان نرله های سرماخوردگی ( آبریزش های ناشی از زکام ) یک قاشق غذاخوری روغن سیاه دانه را به آب جوش اضافه نمایید و بیمار مبتلا به زکام بخار متصاعد شده از آن را استنشاق کند (برای اثر بیشتر می‌توان از یک پتو یا یک تکه پارچه که در هنگام بخور دادن روی سر کشیده می‌شود استفاده نمود). این عمل را صبح و شب تکرار نمایید تا کاملاً درمان شود.<sup>۸۵</sup>

۸۴ (پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۸۸)

۸۵ سیاه دانه و عسل ص ۳۰



## زکام و سرماخوردگی (باقری)<sup>۸۶</sup>

زکام و سرماخوردگی را فوری درمان نکنید چرا که زکام برای بدن، مفید است. کسانی که به سنت های اسلامی عمل کرده و حجامت می کنند زکام و سرماخوردگی آن ها به راحتی درمان می شود و هرگز زکام و سرماخوردگی را در حد درد عضله نمی گیرند.

برای درمان زکام و سرماخوردگی دستورالعمل های زیر را عملی کنید:  
 پودر مکمل معجزه سبز (یک بسته) + پونه (یک مشت بسته) + گل بنفشه (نیم مشت بسته) مواد فوق را در ۴ لیتر معجزه سبز جوشانده و صاف کنید.  
 هر ۲ ساعت یک لیتر از جوشانده فوق را بانصف استکان آبغوره طبیعی مخلوط کرده و با عسل طبیعی، شیرین کرده و میل کنید.

### نکته های مهم

الف: توجه داشته باشید که گل بنفشه نجوشد بنابراین در دقایق آخر، گل بنفشه را به مخلوط فوق اضافه کنید.

ب: این دارو برای بچه ها نیز تجویز می شود ولی مقدار مصرف آن باید کم تر باشد.

ج: جوشانده فوق را در یخچال یا جای خنک نگهداری کنید.

د: داروی فوق، فوری و اورژانسی عمل می کند.

۱. برای درمان تب یا تب ولرز ناشی از سرماخوردگی، در مخلوط (شماره یک) یک مشت گل خطمی سفید نیز اضافه کنید.

۲. از مخلوط جوشانده (شماره یک) قبل از این که عسل به آن بیفزایند مقداری برای استنشاق استفاده کنید. برای این کار در یک استکان از آن جوشانده، دو قاشق آبغوره

طبیعی و یک قاشق چایخوری نمک دریا افزوده ، هم زده وساعتی یک بار با آن استنشاق کنید.

۳. مکمل معجزه سبز رادر معجزه سبز جوشانده در هر دو وعده ،یک لیوان از آن را با قدری آبغوره طبیعی وعسل طبیعی مخلوط کرده میل کنید. قبل از اضافه کردن آبغوره و عسل نیز می توانید قدری از آن را برداشته نمک زده و غرغره کنید. این دارو معجزه می کند.

۴. پشت بدن را به شکل کامل بادکش کنید.

۵. آش باسوپ سنتی بخورید. وقتی آش را خوردید زیر لحاف بروید تا عرق کنید.

۶. شیرۀ طبیعی وشفاف انگور بخورید.

۷. تاسه شبانه روز مطلقاً هیچ نوع روغنی نخورید حتی در آش وسوپ نیز روغن نریزید.

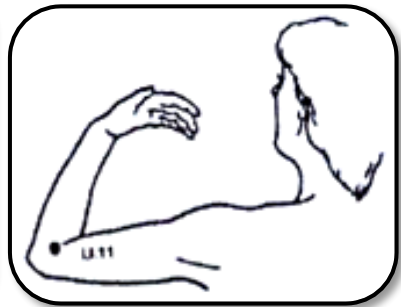
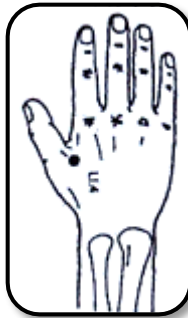
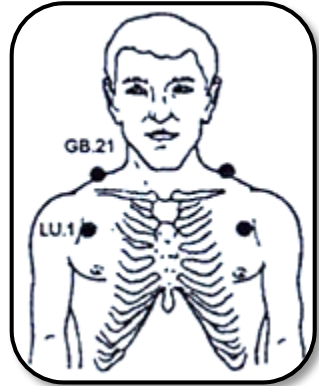
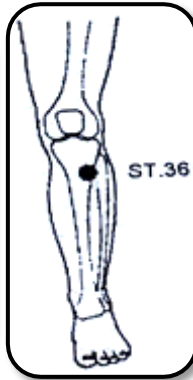
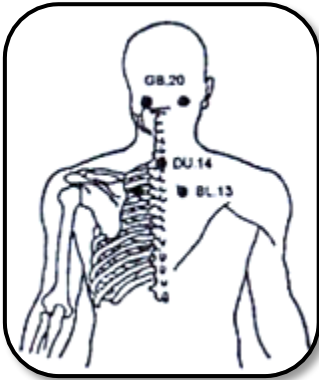
۸. اگر تب ، شمارا کلافه کرد پیاز رارنده کرده از مچ پاها به پایین (پشت وروی پاها) مالیده و کمی ماساژ دهید.

نکته : لیمو ترش وعسل طبیعی برای کبد خیلی مفید است وباعث می شود کم تر دچار سرماخوردگی شوید.

۹. چکاندن گل بنفشه به بینی برای درمان سرماخوردگی نافع است.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### سرماخوردگی و آنفولانزا<sup>۸۷</sup>



## ۱۶- گلو درد (خناق)

### گلو درد (روایات)

امام [حسین] (ع) می فرماید: امیر المومنین (ع) فرموده اند: هر کس گلو درد دارد و به سیاه سرفه شدید دچار شده و به سختی تنفس می کند باید با این کلمات خود را ایمن سازد. حضرت این کلمات را فرا گیر برای هر چیزی می خواندند. «قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: مَنْ اشْتَكَى حَلَقَهُ وَكَثُرَ سَعَالُهُ وَاشْتَدَّ يَأْسُ بَيْنَهُ فَلْيَعُوذْ بِهَذِهِ الْكَلِمَاتِ وَكَانَ يُسَمِّيهَا الْجَامِعَةَ لِكُلِّ شَيْءٍ:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَجَائِي وَ أَنْتَ ثِقَتِي وَ عِمَادِي وَ غِيَاثِي وَ رَفِيعِي وَ جَمَالِي وَ أَنْتَ مَفْزَعُ الْمَفْزَعِينَ لَيْسَ لِلْهَارِبِينَ مَهْرَبٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَا لِلْعَالَمِينَ مَعْوَلٌ إِلَّا عَلَيْكَ وَ لَا لِلرَّاغِبِينَ مُرْغَبٌ إِلَّا لَدَيْكَ وَ لَا لِلْمَظْلُومِينَ نَاصِرٌ إِلَّا أَنْتَ وَ لَا لِدِي الْحَوَائِجِ مَقْصِدٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَا لِلطَّالِبِينَ عَطَاءٌ إِلَّا مِنْ لَدَيْكَ وَ لَا لِلتَّائِبِينَ مَتَابٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَيْسَ الرِّزْقُ وَ الْخَيْرُ وَ الْفَرَجُ إِلَّا بِيَدِكَ حَزَنَتِي الْأُمُورِ الْفَادِحَةِ وَ أَعْيَتِي الْمَسَالِكِ الضَّيِّقَةِ وَ احْتَوَشْتَنِي الْأَوْجَاعُ الْمُوجِعَةُ وَ لَمْ أَجِدْ فَتْحَ بَابِ الْفَرَجِ إِلَّا بِيَدِكَ فَأَقَمْتُ تِلْقَاءَ وَجْهِكَ وَ اسْتَفْتَحْتُ عَلَيْكَ بِالْدَعَاءِ إِعْلَاقَهُ فَافْتَحْ يَا رَبِّ لِلْمُسْتَفْتِحِ وَ اسْتَجِبْ لِلدَّاعِي وَ فَرِّجْ الْكَرْبَ وَ اكْشِفِ الضَّرَّ وَ سُدِّ الْفَقْرَ وَ أَجْلِ الْحُزْنَ وَ أَنْفِ الْهَمَّ وَ اسْتَفِدْنِي مِنَ الْهَلَكَةِ فَإِنِّي قَدْ أَشْقَيْتُ [أَشْفَيْتُ] عَلَيْهَا وَ لَا أَجِدُ لِخَلَاصِي مِنْهَا غَيْرَكَ يَا اللَّهُ يَا مَنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ ارْحَمْنِي وَ اكْشِفْ مَا بِي مِنْ غَمٍّ وَ كَرْبٍ وَ وَجَعٍ وَ دَاءٍ رَبِّ إِنْ لَمْ تَفْعَلْ لَمْ أَرْجُ فَرَجِي مِنْ عِنْدِ غَيْرِكَ فَارْحَمْنِي يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ هَذَا مَكَانُ الْبَائِسِ الْفَقِيرِ هَذَا مَكَانُ الْخَائِفِ الْمُسْتَجِيرِ هَذَا مَكَانُ الْمُسْتَعِيثِ هَذَا مَكَانُ الْمَكْرُوبِ الضَّرِيرِ هَذَا مَكَانُ الْمَلْهُوفِ الْمُسْتَعِيدِ هَذَا مَكَانُ الْعَبْدِ الْمُسْتَفِيقِ الْهَالِكِ الْغَرِيقِ الْخَائِفِ الْوَجِلِ هَذَا مَكَانُ مَنْ انْتَبَهَ مِنْ رُقَدَتِهِ وَ اسْتَيْقَظَ مِنْ غَفْلَتِهِ وَ أَفْرَقَ مِنْ عِلَّتِهِ وَ شِدَّةِ وَجَعِهِ وَ خَافَ مِنْ خَطِيئَتِهِ وَ اعْتَرَفَ بِذَنْبِهِ وَ

أَحْبَتَ إِلَى رَبِّهِ وَبَكَى مِنْ حَذَرِهِ وَاسْتَعْفَرَ وَاسْتَعْبَرَ وَاسْتَقَالَ وَاسْتَعْفَى وَاللَّهُ إِلَى رَبِّهِ وَ رَهْبَ مِنْ سَطْوَتِهِ وَ أُرْسَلَ مِنْ عَبْرَتِهِ وَ رَجَا وَ بَكَى وَ دَعَا وَ نَادَى رَبِّ إِيَّيْ مَسْبَى الضُّرِّ فَتَلَفَنِي قَدْ تَرَى مَكَانِي وَ تَسْمَعُ كَلَامِي وَ تَعْلَمُ سِرَائِرِي وَ عَلَانِيَتِي وَ تَعْلَمُ حَاجَتِي وَ تُحِيطُ بِمَا عِنْدِي وَ لَا يَخْفَى عَلَيْكَ شَيْءٌ مِنْ أَمْرِي مِنْ عَلَانِيَتِي وَ سِرِّي وَ مَا أَبَدِي وَ مَا يُكِنُّهُ صَدْرِي فَاسْأَلْكَ بِأَنَّكَ تَلِي التَّدْبِيرَ وَ تَقْبَلُ الْمَعَادِيرَ وَ تَمْضِي الْمَقَادِيرَ بِسُؤَالِ مَنْ أَسَاءَ وَ اعْتَرَفَ وَ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَ اقْتَرَفَ وَ نَدِمَ عَلَى مَا سَلَفَ وَ أَنَابَ إِلَى رَبِّهِ وَ أَسْفَ وَ كَادَ بِفِنَائِهِ وَ عَكَفَ وَ أَنَاخَ رَجَاهُ وَ عَطَفَ وَ تَبَتَّلَ إِلَى مُقْبِلِ عَثْرَتِهِ [وَ] قَابِلِ تَوْبَتِهِ وَ غَافِرِ حَوْتِهِ وَ رَاحِمِ غُرْبَتِهِ وَ كَاشِفِ كُرْبَتِهِ وَ شَافِي عِلَّتِهِ أَنْ تَرْحَمَ تَجَاوُزِي بِكَ وَ تَضْرُعِي إِلَيْكَ وَ تَغْفِرَ لِي جَمِيعَ مَا أَخْطَأْتُهُ مِنْ كِتَابِكَ وَ أَحْصَاهُ كِتَابُكَ وَ مَا مَضَى مِنْ عِلْمِكَ مِنْ ذُنُوبِي وَ خَطَايَايَ وَ جَرَائِرِي فِي خَلَوَاتِي وَ فَجْرَاتِي وَ سَيِّئَاتِي وَ هَفَوَاتِي وَ هَنَاتِي وَ جَمِيعَ مَا تَشْهَدُ بِهِ حَفْظَتِكَ وَ كَتَبْتَهُ مَلَائِكَتِكَ فِي الصِّغَرِ وَ بَعْدَ الْبُلُوغِ وَ الشَّيْبِ وَ الشَّبَابِ وَ بِاللَّيْلِ وَ النَّهَارِ وَ الْغُدُوِّ وَ الْآصَالِ وَ بِالْعَشِيِّ وَ الْأُبْكَارِ وَ الضُّحَى وَ الْأَسْحَارِ وَ فِي الْحَضَرِ وَ فِي السَّفَرِ وَ فِي الْخَلَاءِ وَ الْمَلَأِ وَ أَنْ تَجَاوَزَ عَنْ سَيِّئَاتِي فِي أَصْحَابِ الْجَنَّةِ وَ عَدَدِ الصِّدْقِ الَّذِي كَانُوا يُوعَدُونَ اللَّهُمَّ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ أَنْ تَكْشِفَ عَنِّي الْعِلَلَ الْعَاشِيَةَ فِي جِسْمِي وَ فِي شِعْرِي وَ بَشْرِي وَ عُرُوقِي وَ عَصَبِي وَ جَوَارِحِي فَإِنَّ ذَلِكَ لَا يَكْشِفُهَا غَيْرُكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ وَ يَا مُجِيبَ دَعْوَةِ الْمُضْطَرِّينَ.»

### شیر گرم

امام صادق (ع) فرموده اند: ما برای گلودرد چیزی بهتر از شیر گرم نیافته ایم.<sup>۸۸</sup>

## قسط هندی و برداع

زنی نزد پیامبر خدا آمد و گفت: ای پیامبر خدا!! این کودک گلو درد دارد. فرمود: حلق های فرزندان خویش را مسوزانید. بر شما باد قسط هندی و برداع. با آنها برایش انقیه کنید.<sup>۸۹</sup>

## بستک هندی

زنی با فرزندش نزد عایشه بود و از سوراخ های بینی آن کودک، خون می آمد. در این هنگام پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در آمد. پرسید: این را چه شده است؟ گفت: گلو درد دارد.

فرمود: وای بر شما! کودکان خویش را مکشید. هر مادری که فرزندش به گلو درد گرفتار شود. قدری بستک هندی بردارد و در آب بساید و سپس به کودک انقیه کند. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، سپس عایشه را به این کار، امر فرمود. او این کار را با کودک انجام داد و وی، بهبود یافت.<sup>۹۰</sup>

## نمک قبل و بعد از غذا

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): خداوند (عزوجل) به موسی بن عمران وحی کرد که: بانمک، آغاز کن و بانمک، پایان ده؛ چرا که درمان هفتاد درد، در نمک است و کمترین این دردها دیوانگی، جذام، پیسی، گلودرد و دندان درد و شکم درد است.<sup>۹۱</sup>

## عسل

غرغره شربت عسل صبح ها قبل از ناشتا و شب ها قبل از خواب (یک قاشق مربا

۸۹ مستدرک علی صحیحین ج ۴ ص ۴۵۰

۹۰ مستدرک علی صحیحین ج ۴ ص ۴۵۰

۹۱ المحاسن ج ۲ ص ۴۲۵ ح ۲۴۹۰

خوری عسل را در نصف لیوان آب ولرم حل کرده و روزی دوتا سه بار غرغره کرده و گلو را شستشو دهید و آب عسل غرغره شده را بیرون بریزید).<sup>۶۰</sup>

### گلو درد ناشی از ترشی معده

سوزش گلو، گاهی به علت زیاد شدن اسید معده است که علاج آن مصرف یک قاشق غذاخوری عرق زنجبیل با نصف لیوان آب جوش و یک قاشق چای خوری عسل روزی یک بار<sup>۶۷</sup>.

### گلودرد (تبریزیان)

خوردن شیر گاو جرعه جرعه مفید است و داروی دیگر داروی امام کاظم است.

### خناق (درد گلو) (موسوی)<sup>۹۲</sup>

مانند ورم زبان عمل می کنیم و هر یک ساعت یکبار با عرق آویشن غرغره می کنیم.

### درد و سوزش گلو (ضیایی)<sup>۹۳</sup>

مخلوط پودر فلوس با آب سبزی کاسنی را غرغره کنید.

### گلو درد (ضیایی)<sup>۹۴</sup>

۱- کورتیزول گیاهی = خرما (سرشار از منیزیم، که ضد سرطان است)، ۲- دمکرده

خرما و شنبلیله

### درمان درد گلو (ضیایی)<sup>۹۵</sup>

۹۲ زالوی ایرانی

۹۳ نسخه های مورد تایید استاد..

۹۴ نسخه های مورد تایید استاد..

۹۵ نسخه های مورد تایید استاد..

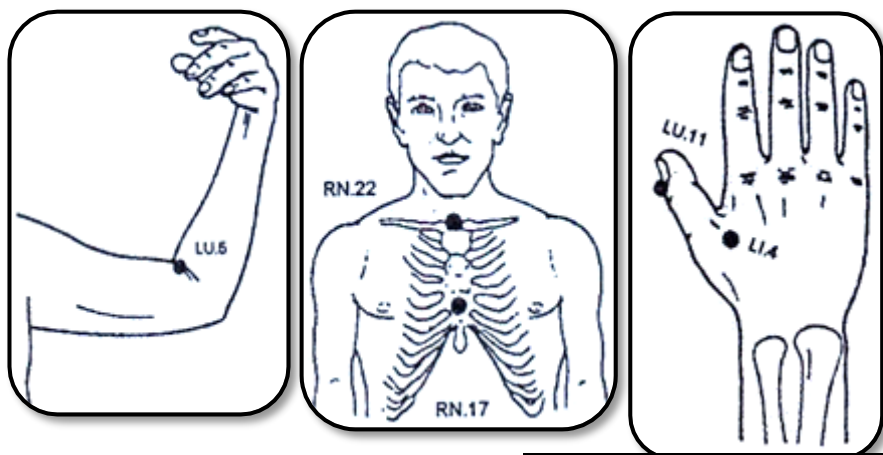
قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

۱. دمکرده میوه آبنوس (به صورت غرغره)، ۲. غرغره کردن با آب اسفناج، ۳. دمکرده به دانه، ۴. با محلول سرکه طبیعی غرغره کنید، ۵. جوشانده آب نخود زرد  
**گلو و درمان گلو و مخاط گلو (ضیایی)** <sup>۹۶</sup> جوشانده ۵۰ گرم برگ آژگیل در یک لیتر آب.

### ناق یا گلودرد (بنی هاشمی)

پوست تازه گردو را له می کنند و با مقداری آب جوشانده سیاه می شود سپس صاف کرده عسل اضافه می کنند و با حرارت ملایم دوباره گرمش می کنند و کف آن را می گیرند تا غلیظ تر شود و قوام آید.

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)  
**گرفتگی (خناق)، خشونت و التهاب حنجره و نای** <sup>۹۷</sup>



<sup>۹۶</sup> نسخه های مورد تایید استاد...

<sup>۹۷</sup> کتاب درمان جامع طب سوزنی



## ۱۷- ترشی گلو

ترشی گلو (باقری)<sup>۹۸</sup>

وقتی گلو، ترشی کرده و می سوزد برای درمان آن چنین عمل کنید:

۲۰ گرم برگ بو و ۴۰ گرم پوست نارنج را در یک لیتر آب جوشانده و با عسل طبیعی، شیرین کنید. اگر ترشی و سوزش گلو شدید بود روزی سه وعده قبل از غذا و اگر ترشی و سوزش گلو، شدید نبود روزی دو وعده (صبح و شب)، قبل از غذا میل کنید.

درمان ورم حلق (بیماری لارنژیت)، درمان درد و سوزش گلو: مخلوط پودر فلوس با آب سبزی کاسنی را غرغره کنید.

ترش کردن گلو (باقری)<sup>۹۹</sup>

در ترش کردن گلو، فقط گلو می سوزد نه معده ولی این ترشی از معده به سمت بالا می آید. ترشی گلو به روش زیر درمان می شود:

برگ مو (۲۰ گرم) + پوست نارنج (۴۰ گرم)

این ها را در یک لیتر آب جوشانده و با عسل طبیعی شیرین کنید.

اگر ترشی و سوزش گلو شدید بود سه وعده و اگر معمولی بود دو وعده (صبح و شام) هر وعده یک لیوان کوچک قبل از غذا میل کنید.

توجه: اگر وزن کم بود به جای لیوان از استکان استفاده کنید.

## ترشی گلو

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

---

مهمترین علت ترشی گلو، ریفلاکس یا پس دادن اسید معده به سمت مری میباشد که علت آن سردی معده است، درمان آن : پرهیز از سردیها، پرهیز از غذاهایی با مواد افزودنی ( مانند سُس ها و فست فودها ) ، در طول درمان و قبل از خواب معده پر و سنگین نباشد.

نسخه : ۱- یک استکان عرق زنیان بعد از نهار و شام ۲- یک لیوان عرق نعنا + یک قاشق غذاخوری بارهنگ بمدت ۵ دقیقه جوشانده شود. بعد از سرد شدن یک قاشق عسل اضافه شود. سپس نصف لیوان نیم ساعت قبل از نهار و نصف لیوان نیم ساعت قبل از شام به مدت ۱۴ روز میل شود.

## ۱۸- خلط گلو

### درمان بلغم اضافی، درمان خلط اضافی (ضیایی)

هر یک از آنزوت (صمغ سفید، قرمز، زرد رنگ و مغز گردو) را آسیاب کرده و به نسبت مساوی مخلوط کنید و هر روز یک قاشق مرباخوری میل کنید.

## ۱۹- کیست قفسه سینه

### کیست سینه (خیراندیش)

-مالیدن روغن سیاهدانه به سینه ها به مدت ۸۰ روز.

-اصلاح مزاج و کاهش سردی ها و مصرف ارده با شیر انگور.

## ۲۰- درد قفسه سینه

درد سینه (موسوی)<sup>۱۰۰</sup>

علامت آن درد در میان دو شانه و از لحاظ مزاجی به بلغمی، صفاوی، سوداوی و دمای تقسیم می شود.

در مورد غلبه دم خونگیری از ابتدای درمان انجام می شود و در طول درمان بنا بر تشخیص و نیاز تکرار خواهد شد.

در مزاج های دیگر خونگیری پس از شروع درمان صورت می پذیرد و در مورد غلبه بلغم هنگام خونگیری احتیاط بیشتری باید کرد.

همراه با داروهای گیاهی زالو درمانی پشت دست ها بین انگشتان می باشد به این ترتیب که ما بین هر انگشت یک عدد زالو و روی انگشت سبابه نیز یک عدد بیاندازید. در مجموع روی هر دست ۵ عدد زالو انداخته خواهد شد.

درد سینه (تبریزیان)<sup>۱۰۱</sup>

مرکب ۴ مفید است.

## درد سینه مزمن (بنی هاشمی)

تمرهدی شیرین وانجیر و مویز و شنبلیله را بپزید و با آب آن عسل اضافه شود و بشکل غلیظ تر و باقوام تر مصرف شود.

۱۰۰ زالودرمانی ص ۶۶

۱۰۱ کتاب و سخنرانی های استاد

## ۲۱- حرارت و سردی سینه

### حرارت و سردی سینه (روایات)

#### میوه به

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): ناشتا به بخورید؛ چرا که حرارت سینه را از میان

می برد .

#### عسل

رسول خدا(ص) فرموده اند: عسل بهترین نوشیدنی است. قلب را تقویت و سردی سینه

را می زداید.<sup>۱۰۲</sup>

## ۲۲- ناراحتی و بزرگی لوزه ها

## لوزه ها (روایات)

امام رضا (علیه السلام) : هر کس می خواهد گوش هایش و نیز زبان کوچکش فرو نیفتد ، هیچ گاه شیرینی نخورد، مگر این که پس از آن ، سرکه غرغره کند.<sup>۱۰۳</sup>

## ناراحتی لوزه (خیراندیش)

ناراحتی لوزه ها ناشی از سردی حلق و گلو می باشد لذا جهت درمان آن نکات زیر توصیه می شود:

اولین و آخرین وعده غذایی بیمار که در شبانه روز میل می کند یک قاشق غذاخوری عسل باشد؛ یعنی صبح ها ناشتا یک قاشق غذا خوری و شبها قبل از خواب یک قاشق غذاخوری عسل میل کند.

- دو مرتبه با آب و نمک دریا غرغره نماید.
- هر شب زیر گلو را روغن سیاهدانه بمالد.
- شب ها از غذاها و خوراکیهای گرم مصرف کند.

لوزه سوم (تبریزیان)<sup>۱۰۴</sup>

۱- عودهدنی آسیاب کرده با آب باران ترکیب کرده و دربینی بریزند

۲- داروی جامع با عسل

۱۰۳ طب الرضا ص ۴۰

۱۰۴ کتاب و سخنرانی های استاد

۳- داروی پیامبر

۴- قسط شیرین و تلخ را با آب باران مخلوط کرده و دربینی بریزند.

۵- شیر را جرعه جرعه بنوشند

۶- داروی امام کاظم

### لوزه (باقری)<sup>۱۰۵</sup>

برای درمان لوزه چنین عمل کنید :

(۱) دوبار در روز بادکش کنید.

(۲) آبغوره و کتیرا را مخلوط کرده با آن غرغره کنید.

غرغره با آب سماق هم خوب است.

(۳) سرکه طبیعی، آب نمک طبیعی و آبغوره طبیعی را مخلوط کرده و هر یک ساعت

با آن مخلوط غرغره کنید. خصوصاً بچه هایی که لوزه دارند یک روزه بهبود می

یابند.

### لوزه سوم (باقری)<sup>۱۰۶</sup>

لوزه سوم را جراحی نکنید بلکه با شیوه زیر آن را درمان کنید:

۱۰۵ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۱۷

۱۰۶ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۱۶



در یک لیوان، آب ولرم ( مایل به گرم ) و یک قاشق غذاخوری عسل طبیعی و یک قاشق چایخوری نمک دریا ریخته به هم زده، صبح ها و شب ها با آن غرغره کنید.

### درمان تورّم لوزه ها (ضیایی)

۱. میوه نارنگی و کافئین زیاد ( چای پررنگ ، چای مانده ، قهوه ، شکلات ، نسکافه ، کاکائو) نخورید. ۲. با آب اسفناج غرغره کنید،
۳. با محلول آب سرکه غرغره کنید.

### ورم لوزه و عفونت گلو(بنی هاشمی)

ابتدا ازاله اسباب کنید بعد اگر عفونت دارد زاج با اسطوخدوس را بجوشانید و غرغره کنند به اندازه یک نخود یا بیشتر زاج و یک قاشق غذاخوری پودر اسطوخدوس در یک استکان آب بجوشانید تا غلیظ شود بعد غرغره کنند. پوسته سبز گردو را بجوشانید تا آب آن غلیظ شود و به آن زاج و اسطوخدوس اضافه کرده و مقداری عسل بزنید و کمی جوشانده تا قوام بیاید بعد صاف کنید و با آن غرغره کنند بشدت عفونت گلو را درمان میکند.

### لوزه بزرگ (روازاده) زن/سن ۶ سال/ مجرد/قد ۱۰۵/وزن ۲۰

سوال: سلام. دخترم دارای لوزه های بزرگی است برای درمان به دکتر مراجعه کردم و آنتی بیوتیک مصرف نمود ولی اثر نداشت امکان آمدن به مطب برایم مهیا نیست لطفا راه درمان آن را بیان نمایید.

پاسخ: آویشن و مزرنجوش تهیه کنید، از هر کدام یک قاشق غذاخوری در آب بریزید و بجوشانید و صاف کنید، سپس با کمی عسل مخلوط کنید و روزی ۳ استکان از این

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

---

جوشانده را به کودک بدهید. در زمان میل کردن جوشانده از او بخواهید که قبل از بلعیدن کمی جوشانده را در گلو غرغره کند و بعد بلعد.

همچنین سه مرحله با فاصله ۲۰ روز برای کودک حجامت عام در ایام مناسب صورت گیرد. انشاء الله مشکل برطرف می شود.<sup>۱۰۷</sup>

---

۱۰۷. پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روازاده، ج ۲، ص ۲۰.

## ۲۳- زخم گلو

زخم حلق (موسوی)<sup>۱۰۸</sup>

مانند ورم زبان عمل می کنیم.<sup>۵</sup>

## ۲۴- عفونت و کیست گلو و حنجره

### عفونت گلو (روازاده)

دمکرده آویشن و مرزنجوش یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش به مدت یک ربع و بعد از صاف کردن با مقداری عسل شیرین کرده و روزی سه مرتبه به کودک داده شود و با اندکی از این جوشانده نیز غرغره شود.  
- در سه مرحله با فاصله بیست روز حجامت عام ( حجامت بین دو کتف ) انجام شود.

### عفونت گلو (باقری)<sup>۱۰۹</sup>

- برای درمان عفونت گلو چنین عمل می کنیم :

۱ - سرکه طبیعی + نمک طبیعی + آبغوره طبیعی را مخلوط کرده و هر یک ساعت با آن غرغره کنید.

۲ - دوبار در روز بادکش کنید.

- برای درمان عفونت گلوی بچه ها چنین عمل کنید:

۱ - سرکه طبیعی + نمک طبیعی دریا را مخلوط کرده و در گلو بریزید.

۲ - بادکش کنید.

۳ - مکمل معجزه سبز جوشانده بخورید.

۴ - آبغوره طبیعی را با عسل طبیعی مخلوط کرده بخورید.

### عفونت گلو (بنی هاشمی)

غرغره سرکه و عسل بهترین دارو برای رفع عفونت گلو است.

**ورم لوزه و عفونت گلو (بنی هاشمی)**

ابتدا ازاله اسباب کنید بعد اگر عفونت دارد زاج با اسطوخدوس را بجوشانید و غرغره کنند به اندازه یک نخود یا بیشتر زاج و یک قاشق غذاخوری پودر اسطوخدوس در یک استکان آب بجوشانید تا غلیظ شود بعد غرغره کنند. پوسته سبز گردو را بجوشانید تا آب آن غلیظ شود و به آن زاج و اسطوخدوس اضافه کرده و مقداری عسل بزیند و کمی جوشانده تا قوام بیاید بعد صاف کنید و با آن غرغره کنند بشدت عفونت گلو را درمان میکند.

**التهاب و ورم گلو (تبریزیان) <sup>۱۱۰</sup>**

پودر صدا (پودر نخود سیاه) - آب نخود - سویق نخود (آرد نخود).

**کیست حنجره (تبریزیان) <sup>۱۱۱</sup>**

تباشیر و عسل - داروی جامع ۳ عدد - نخود سیاه - عسل و سیاهدانه - آب نخود مصرف کنید.

**کیست گلو (تبریزیان) <sup>۱۱۲</sup>**

تباشیر و داروی امام کاظم ع را با هم مصرف کنید.

۱۱۰ کتاب و سخنرانی های استاد

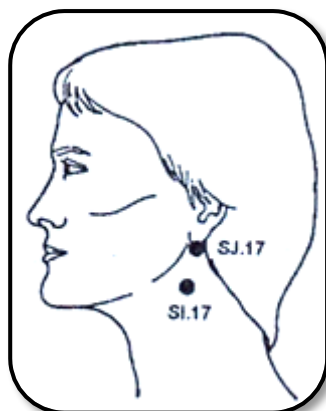
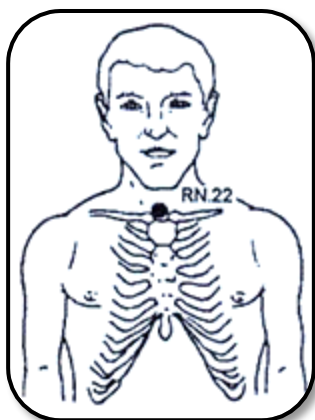
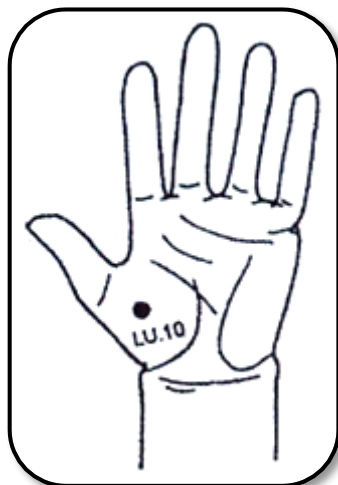
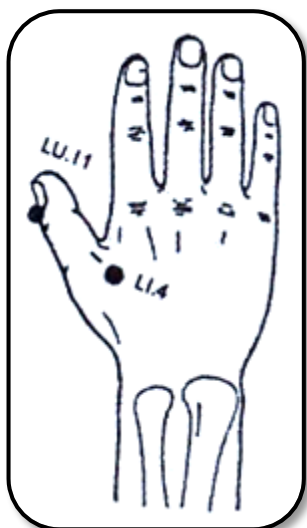
۱۱۱ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۱۲ کتاب و سخنرانی های استاد

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### عفونت گلو و گلو درد<sup>۱۱۳</sup>



## ۲۵ - آسم و تنگی نفس

## الف: معرفی بیماری

(برگرفته شده از واژه یونانی به معنی «آسما» یا «نفس نفس زدن») یک بیماری التهابی رایج مزمن مجاری هوایی است که ویژگی های آن عبارتند از علائم متغیر و عودکننده، انسداد برگشت پذیر جریان هوا، و اسپاسم برونش. نشانه های رایج آن عبارتند از خس خس، سرفه، تنگی قفسه سینه و تنگی نفس.

تصور بر این است که آسم از ترکیبی از عوامل ژنتیکی و عوامل محیطی ایجاد می شود. تشخیص آن معمولاً بر اساس الگوی علائم، پاسخ به درمان در طول زمان و اسپیرومتری صورت می گیرد. این بیماری از نظر بالینی با توجه به دفعات علائم، حجم بازدمی با فشار در یک ثانیه (FEV1) و بیشینه میزان جریان بازدمی طبقه بندی می شود. مشخصه آسم بروز مکرر خس خس، تنگی نفس، تنگی قفسه سینه و سرفه می باشد. ممکن است در اثر سرفه از ریه خلط تولید شود اما بالا آوردن آن اغلب دشوار است. در هنگام بهبودی پس از حمله ممکن است این خلط چرک مانند به نظر برسد و علت آن وجود میزان زیاد سلول های سفید خون موسوم به ائوزینوفیل می باشد.<sup>۱</sup> علائم معمولاً در شب و در صبح زود و یا در هنگام ورزش یا در هوای سرد بدتر می شود برخی از افراد مبتلا به آسم به ندرت علائم را تجربه می کنند و معمولاً در واکنش به عوامل محرک این علائم را از خود نشان می دهند، در حالی که ممکن است دیگران علائم آشکار و مداومی داشته باشند.

## بیماری های مرتبط

برخی از بیماری های دیگر در افراد مبتلا به آسم بیشتر رخ می دهد از جمله: بیماری ریفلاکس معده و مری (GERD)، التهاب سینوس و بینی و آپنه خواب انسدادی. همچنین اختلالات روانی نیز در این افراد شایع تر است چنانکه اختلال اضطراب در بین ۱۶-۵۲٪ افراد و اختلال خلقی در ۱۴ - ۴۱٪ رخ می دهد. با این حال مشخص نیست که آیا آسم باعث مشکلات روانی می شود و یا مشکلات روانی منجر به آسم می گردد. آسم در اثر ترکیبی از تعاملات پیچیده محیطی و ژنتیکی ایجاد می شود که درک ناقصی از آن ها در اختیار داریم. این عوامل هم شدت این بیماری و هم نحوه پاسخ آن به درمان را تحت تأثیر قرار می دهند. اعتقاد بر این است که افزایش اخیر میزان آسم به علت تغییرات ژنتیک (عوامل ارثی و نه عوامل مربوط به توالی DNA) و تغییر محیط زیست می باشد.

بسیاری از عوامل محیطی با ایجاد و تشدید آسم همراه است از جمله: آلرژی زها، آلودگی هوا، و دیگر مواد شیمیایی زیست محیطی. سیگار کشیدن در دوران بارداری و بعد از زایمان با خطر بیشتر نشانه های مشابه آسم همراه است. پایین بودن کیفیت هوا ناشی از آلودگی ترافیک یا میزان بالای آن هم با ایجاد و افزایش شدت آسم همراه است. قرار گرفتن در معرض ترکیبات آلی فرار ممکن است محرکی برای آسم باشد. به عنوان مثال قرار گرفتن در معرض فرمالدئید ارتباط مثبتی با آن دارد. همچنین، فتالات موجود در پی وی سی با آسم در کودکان و بزرگسالان مرتبط است. و همین مسئله در مورد قرار گرفتن در معرض سطح بالای اندوتوکسین صدق می کند. آسم با قرار گرفتن در معرض آلرژی زهای فضاها داخلی ارتباط دارد. آلرژی زهای شایع فضاها داخلی عبارتند از: کنه و گرد و غبار، سوسک، شوره بدن حیوانات، و



کپک. تلاش برای کاهش کنه گرد و غبار بی نتیجه بوده است برخی از عفونت‌های تنفسی ویروسی ممکن است خطر ایجاد آسم را در هنگام ابتلا در سنین پایین افزایش دهند نظیر: ویروس سنسیشیال تنفسی و راینوویروس. با این حال برخی از عفونت‌های دیگر ممکن است خطر ابتلا را کاهش دهند.

استفاده از آنتی بیوتیک در بدو زندگی با ایجاد آسم ارتباط دارد. همچنین، زایمان به روش سزارین با افزایش خطر آسم (به میزان حدود ۲۰-۸۰٪) همراه است، دلیل این افزایش عدم دریافت کلونی‌های باکتریایی سالمی است که نوزاد با عبور از مجرای زایمان آن‌ها را کسب می‌کند. ارتباطی بین آسم و میزان رفاه وجود دارد.

عوامل اصلی که ممکن است منجر به تشدید آسم شوند عبارتند از: گرد و غبار، شوره حیوان (به خصوص گربه و سگ مو)، سوسک‌ها، آلرژی‌زاها و کپک. عطر یک علت شایع حملات حاد در زنان و کودکان است. عفونت ویروسی و باکتریایی دستگاه تنفسی فوقانی می‌تواند بیماری را بدتر کند. استرس روانی ممکن است علائم را بدتر کند تصور بر این است که استرس سیستم ایمنی بدن را تغییر داده و به این ترتیب پاسخ التهابی مجاری هوایی به آلرژی‌زاها و محرک‌ها را افزایش می‌دهد.

در حال حاضر هیچ تست دقیقی برای این کار وجود ندارد و تشخیص به طور معمول بر اساس الگوی علائم و پاسخ به درمان در طول زمان صورت می‌گیرد در صورت وجود سابقه مربوط به موارد زیر امکان وجود آسم باید مشکوک تلقی شود: خس خس مکرر، سرفه یا دشواری در تنفس و در صورتی که این علائم به دلیل عفونت‌های ویروسی، آلرژی‌زاها یا آلودگی هوا رخ داده یا بدتر شود. سپس از اسپیرومتری برای تأیید تشخیص استفاده می‌شود. در کودکان زیر سن شش سالگی تشخیص دشوارتر است زیرا هنوز امکان انجام اسپیرومتری برای آن‌ها وجود ندارد.

## ب: نسخه ها

### آسم (روایات)

#### عسل

رسول خدا(ص) فرموده اند: عسل بهترین نوشیدنی است. قلب را تقویت و سردی سینه را می زداید.<sup>۱۱۴</sup>

#### ادرار شتر

از امام صادق (علیه السلام) پرسیدم: ای پسر پیامبر خدا! در هنگام راه رفتن، نفس تنگی شدیدی مرا می آزارد تا جایی که گاه در فاصله میان خانه خود و خانه شما، دوبار می نشینم.

فرمود: ای مفضل! برای این عارضه، ادرار شتر شیرده بخور. من از آن خوردم و خداوند، بیماری ام را زدود.<sup>۱۱۵</sup>

#### پرهیز از تخم مرغ

امام رضا (علیه السلام): پرخوری از تخم مرغ آب پز نفس تنگی و نفس بریدگی می آورد.<sup>۱۱۶</sup>

امام رضا (علیه السلام): تخم مرغ بسیار خوردن و معتاد شدن به آن، بیماری سپرز می آورد و ایجاد کننده بادهایی در سر معده است، و زیاد خوردن تخم مرغ آب پز، نفس تنگی و نفس بریدگی می آورد.<sup>۱۱۷</sup>

۱۱۴ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۳۵۸

۱۱۵ طب الاثمه ص ۱۰۳

۱۱۶ طب الامام رضا ص ۲۸ بحار الانوار ج ۶۲ ص ۳۲۱

۱۱۷ طب الامام رض ص ۲۸

**به شیرین و پخته**

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): خوردن به، سنگینی سینه را از میان می برد. <sup>۱۱۸</sup>

**کرفس**

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد کرفس؛ زیرا اگر چیزی باشد که بر عقل بیفزاید همان است. <sup>۱۱۹</sup>

**پرهیز از ماهی**

امام علی (علیه السلام): کمتر ماهی بخورید؛ چرا که بدن را ذوب می کند، بلغم را فزون می سازد و نفس را سنگین می نماید. <sup>۱۲۰</sup>

**آویشن و نمک**

امام صادق (علیه السلام) فرمود: چهار چیز، چشم را جلا می دهد، سودمند است و هیچ زیانی ندارد.

درباره آنها از امام (علیه السلام) پرسیدند.

فرمود: آویشن و نمک، وقتی با هم باشند، نانخواه و گردو، وقتی با هم باشند.

به ایشان گفتند: این چهار چیز، وقتی با هم باشند، به چه کار می آیند؟

فرمود: نانخواه و گردو، (چون در بر هم قرار گیرند)، بواسیر را می سوزانند، باد را دور می کنند، رنگ پوست را زیبا می سازند، معده را سختی (مقاومت) می دهند و کلیه ها را گرم می کنند.

اما آویشن و نمک، (چون در بر هم قرار گیرند)، بادها را از دل برون می رانند، انسدادها را می گشایند، بلغم را می سوزانند، آب (منی) را زیاد می گردانند، بوی دهان

۱۱۸ کنز العمال ج ۱۰ ص ۴۰ ح ۲۸۲۶۱

۱۱۹ طب النبی ص ۱۱

۱۲۰ الخصال ص ۶۳۶ ح ۱۰

را خوش می سازند، معده را نرمی می دهند، بوهای بد را از دهان می برند و آلت را سفتی

## نیشکر

امام کاظم (علیه السلام): نیشکر، انسدادها را می گشاید و هیچ بیماری و عارضه ای در آن نیست. <sup>۱۲۱</sup>

## دعای مخصوص

امام [حسین] (ع) می فرماید: امیر المومنین (ع) فرموده اند: هر کس گلو درد دارد و به سیاه سرفه شدید دچار شده و به سختی تنفس می کند باید با این کلمات خود را ایمن سازد. حضرت این کلمات را فرا گیر برای هر چیزی می خوانند: «قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: مَنْ اشْتَكَى حَلَقَهُ وَ كَثَرَ سُعَالَهُ وَ اشْتَدَّ يَأْسُ بَيْنِهِ فَلْيَعُوذْ بِهِدِهِ الْكَلِمَاتِ وَ كَانَ يُسَمِّيهَا الْجَامِعَةَ لِكُلِّ شَيْءٍ :

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَجَائِي وَ أَنْتَ ثِقَتِي وَ عِمَادِي وَ غِيَاثِي وَ رَفِيعِي وَ جَمَالِي وَ أَنْتَ مَفْرَعُ الْمَفْرَعِينَ لَيْسَ لِلْهَارِبِينَ مَهْرَبٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَا لِلْعَالَمِينَ مَعْوَلٌ إِلَّا عَلَيْكَ وَ لَا لِلرَّاعِبِينَ مُرْغَبٌ إِلَّا لَدَيْكَ وَ لَا لِلْمَظْلُومِينَ نَاصِرٌ إِلَّا أَنْتَ وَ لَا لِذِي الْحَوَائِجِ مَقْصِدٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَا لِلطَّالِبِينَ عَطَاءٌ إِلَّا مِنْ لَدَيْكَ وَ لَا لِلتَّائِبِينَ مَتَابٌ إِلَّا إِلَيْكَ وَ لَيْسَ الرِّزْقُ وَ الْخَيْرُ وَ الْفَرَجُ إِلَّا بِيَدِكَ حَزَنَتِي الْأُمُورِ الْفَادِحَةُ وَ أَعْيَتِي الْمَسَالِكِ الضَّيِّقَةُ وَ احْتَوَشَتِي الْأَوْجَاعُ الْمُوجِعَةُ وَ لَمْ أَجِدْ فَتْحَ بَابِ الْفَرَجِ إِلَّا بِيَدِكَ فَأَقَمْتُ تِلْقَاءَ وَجْهِكَ وَ اسْتَفْتَحْتُ عَلَيْكَ بِالِدُعَاءِ إِعْلَاقَهُ فَأَفْتَحَ يَا رَبِّ لِلْمُسْتَفْتَحِ وَ اسْتَجِبْ لِلدَّاعِي وَ فَرِّجِ الْكَرْبَ وَ اكْشِفِ الضَّرَّ وَ سُدِّ الْفَقْرَ وَ أَجْلِ الْحُزْنَ وَ أَنْفِ الْهَمَّ وَ اسْتَنْقِذْنِي مِنَ الْهَلَكَةِ فَإِنِّي قَدْ أَشْقَيْتُ [أَشْفَيْتُ] عَلَيْهَا وَ لَا أَجِدُ لِخَلَاصِي مِنْهَا غَيْرَكَ يَا اللَّهُ يَا مَنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ أَرْحَمَنِي وَ

اَكْشِفْ مَا بِي مِنْ غَمٍّ وَ كَرْبٍ وَ وَجَعٍ وَ دَاءٍ رَبِّ اِنْ لَمْ تَفْعَلْ لَمْ اَرْجُ فَرَجِي مِنْ عِنْدِ  
 غَيْرِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ هَذَا مَكَانُ الْبَائِسِ الْفَقِيرِ هَذَا مَكَانُ الْخَائِفِ الْمُسْتَجِيرِ  
 هَذَا مَكَانُ الْمُسْتَعِيثِ هَذَا مَكَانُ الْمَكْرُوبِ الضَّرِيرِ هَذَا مَكَانُ الْمَلْهُوفِ الْمُسْتَعِيدِ هَذَا  
 مَكَانُ الْعَبْدِ الْمُسْتَفِيقِ الْهَالِكِ الْغَرِيقِ الْخَائِفِ الْوَجِلِ هَذَا مَكَانُ مَنْ انْتَبَهَ مِنْ رَقْدَتِهِ وَ  
 اسْتَيْقَظَ مِنْ غَفْلَتِهِ وَ اَفْرَقَ مِنْ عِلَّتِهِ وَ شَدَّهَ وَجَعَهُ وَ خَافَ مِنْ خَطِيئَتِهِ وَ اعْتَرَفَ بِذَنْبِهِ وَ  
 اَخْبَتَ اِلَى رَبِّهِ وَ بَكَى مِنْ حَذَرِهِ وَ اسْتَغْفَرَ وَ اسْتَعْبَرَ وَ اسْتَقَالَ وَ اسْتَعْفَى وَ اللّٰهُ اِلَى رَبِّهِ وَ  
 رَهَبَ مِنْ سَطْوَتِهِ وَ اَرْسَلَ مِنْ عَبْرَتِهِ وَ رَجَا وَ بَكَى وَ دَعَا وَ نَادَى رَبِّ اِنِّي مَسِيئُ الضُّرِّ  
 فَتَلَّانِي قَدْ تَرَى مَكَانِي وَ تَسْمَعُ كَلَامِي وَ تَعْلَمُ سَرَائِرِي وَ عَلَانِيَتِي وَ تَعْلَمُ حَاجَتِي وَ تُحِيطُ  
 بِمَا عِنْدِي وَ لَا يَخْفَى عَلَيْكَ شَيْءٌ مِنْ اَمْرِي مِنْ عَلَانِيَتِي وَ سِرِّي وَ مَا اُبْدِي وَ مَا يُكْنِي  
 صَدْرِي فَاَسْأَلُكَ يَا نَكَّ تَلِي التَّدْيِيرِ وَ تَقْبَلُ الْمَعَادِيرِ وَ تُمَضِي الْمَقَادِيرِ سُبُوَالِ مَنْ اَسَاءَ وَ  
 اعْتَرَفَ وَ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَ افْتَرَفَ وَ نَدِمَ عَلٰى مَا سَلَفَ وَ اَنَابَ اِلَى رَبِّهِ وَ اَسِيفَ وَ كَاذِبِنَاثِهِ وَ  
 عَكْفَ وَ اَنَاخَ رَجَاهُ وَ عَطْفَ وَ تَبْتَلِ اِلَى مُقْبِلِ عَثْرَتِهِ [وَ] قَابِلِ تَوْبَتِهِ وَ عَافِرِ حَوْبَتِهِ وَ رَاحِمِ  
 عُرْبَتِهِ وَ كَاشِفِ كُرْبَتِهِ وَ شَافِي عِلَّتِهِ اَنْ تَرْحَمَ تَجَاوَزِي بَكَ وَ تَضْرَعِي اِلَيْكَ وَ تَغْفِرَ لِي  
 جَمِيعَ مَا اَخْطَاةُهُ مِنْ كِتَابِكَ وَ اَحْصَاهُ كِتَابِكَ وَ مَا مَضَى مِنْ عِلْمِكَ مِنْ ذُنُوبِي وَ  
 خَطَايَايَ وَ جَرَائِرِي فِي خَلَوَاتِي وَ فَجْرَاتِي وَ سَيِّئَاتِي وَ هَفَوَاتِي وَ هَنَاتِي وَ جَمِيعَ مَا تَشْهَدُ  
 بِهِ حَفْظَتِكَ وَ كَتَبْتَهُ مَلَائِكَتِكَ فِي الصَّغْرِ وَ بَعْدَ الْبُلُوغِ وَ الشَّيْبِ وَ الشَّبَابِ وَ بِاللَّيْلِ وَ النَّهَارِ  
 وَ الْعُدُوِّ وَ الْاَصَالِ وَ بِالْعَشِيِّ وَ الْاَبْكَارِ وَ الضُّحَى وَ الْاَسْحَارِ وَ فِي الْحَضَرِ وَ فِي السَّفَرِ وَ فِي  
 الْخَلَاءِ وَ الْمَلَأِ وَ اَنْ تَجَاوَزَ عَن سَيِّئَاتِي فِي اَصْحَابِ الْجَنَّةِ وَ عَدِ الصِّدْقِ الَّذِي كَانُوا  
 يُوعَدُونَ اللّٰهُمَّ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ اَنْ تَكْشِفَ عَنِّي الْعِلَالَ الْعَاشِيَةَ فِي جِسْمِي وَ فِي شِعْرِي وَ  
 بَشْرِي وَ عُرُوْقِي وَ عَصَبِي وَ جَوَارِحِي فَاِنَّ ذَلِكَ لَا يَكْشِفُهَا غَيْرُكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ وَ  
 يَا مُجِيبَ دَعْوَةِ الْمُضْطَرِّينَ.»

## آسم (تبریزیان)<sup>۱۲۲</sup>

درمان اصلی ادرار شتر است که در صحرا می چرد و باید مستقیما و گرم نوشیده شود روایات زیاد در این مورد داریم و خود بنده دچار آسم شدم و یکبار خوردم و خوب شدم ولی طعم بدی دارد تنها داروی آسم در دنیا همین ادرار شتر است و داروی دیگر کاشم و داروی جامع + جوشانده رازیانه مفید است. در آسم فرد در حالت نشسته نیز تنگی نفس دارد. مرکب ۲ هم مفید است.

## تنگی نفس (تبریزیان)<sup>۱۲۳</sup>

تنگی نفس سه حالت دارد اگر انسان در هنگام راه رفتن نفس کم می آورد علتش گرفتگی رگ قلب است و درمان آن داروی بازکننده ی عروق، ادرار شتر، اسفند، است. اگر در حال نشسته یا خواب نفس کم می آورد آسم است و درمان آن داروی جامع با آب رازیانه و داروی کاشم است.

اگر بعد از غذا تنگی نفس می گیرد علتش معده است و درمان آن داروی جامع با آب رازیانه سه مرحله ، سنای مکی، هاضوم (داروی ترکیبی) و مرکب ۲ است.

## تنگی نفس ، آسم<sup>۱۲۴</sup>

از غلبه خشکی صفرا و یا سودا و حساس بودن به گرد و غبار و بوهای تند و امثال آن : بسیاری از حساسیت های منجر به تنگی نفس ناشی از مصرف آنتی بیوتیک ها بخصوص پنی سیلین است که برای کنترل و از بین بردن عفونت ها تجویز می شود و از عوارض آن ضعف ریه و غلبه خشکی و حبس صفرای خشک و بلغم شور و کف حاصل از امتزاج آن است که باعث ایجاد حساسیت نسبت به عوامل گوناگون محیط

۱۲۲ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۲۳ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۲۴ زالودرمانی ص ۶۷

زیست می شود. بسیاری از کودکان که در دوران نوزادی و بعد از آن با پنی سیلین و امثال آن هنگام سرماخوردگی درمان می شوند شدیداً مستعد سرماخوردگی و بیماری های عفونی می شوند. تحلیل من این است که مصرف آنتی بیوتیک ها علاوه بر آنکه بیمار را ضعیف می کند مانع از شناسایی نحوه حمله میکرب ها گشته و به همین دلیل مجدداً به راحتی وارد بدن می شوند. اما داروی گیاهی بدن را در مقابل بیماری تقویت می کند و به بدن اجازه می دهد که بیماری را شناسایی نماید و در مراحل بعدی براحتی و با شناخت کامل به میکرب ها و ویروس ها حمله نماید. تفاوت افرادی که به طب سنتی اعتقاد داشته و به آن عمل می کنند این است که آنها و فرزندانشان اصولاً کمتر سرما می خورند و کمتر به بیماری های عفونی مبتلا می شوند و اگر هم بیمار شوند سیستم دفاعی بدنشان به سرعت با کمک داروهای گیاهی بیماری را از بین می برد. مثالی در این مورد جالب توجه است: فرزند اول یکی از پزشکان همکار ما که از کودکی داروهای آنتی بیوتیک مصرف کرده دائماً دچار سرماخوردگی می شد. فرزند دوم با داروهای گیاهی از بدو تولد تحت نظر قرار گرفت. فرزند دوم تقریباً سرما نمی خورد و اگر سرما هم بخورد زود خوب می شود و دارای بدنی سالم تر از فرزند اول است ولی فرزند اول ضعیف و کم اشتهاست هنوز هم مرتب دچار سرماخوردگی میشود. افرادی که با یک کیسه دارو و اسپری های مختلف در سنین مختلف وارد مطب می شوند معمولاً پس از یک دوره سرماخوردگی شدید و ابتلا به عفونت حاد ریوی بستری و با آنتی بیوتیک های قوی تحت درمان قرار گرفته و پس از آن دچار آسم و نفس تنگی و یا آبریزش و زکام مداوم و آلرژی نسبت به عوامل محیطی می شوند. قریب به نود درصد اینان درمان می شوند مگر معدودی که در سنین کهولت بالا هستند

و بیماریشان خیلی پیشرفته باشد که البته نتایج خوبی از طب سنتی می گیرند اما درمان کامل میسر نیست .

مرحله اول خونگیری در این بیماران با حجامت عام آغاز و با حفظ فاصله زمانی که براساس توان بیمار تعیین می گردد نهایتاً تا ۱۵ روز بعد بین انگشتان هر دست یک زالو و یک عدد روی انگشت شصت می اندازیم . معمولاً برای درمان این بیماری همراه با داروهای مربوطه طب سنتی و انجام حجامت و زالو درمانی بهبود حاصل می گردد؛ چنانچه بیماری به هر دلیل مقاومت بیشتری از خود نشان دهد خون درمانی انجام می گردد.

درمان های طب ایرانی آن شامل : منضج صبح ناشتا که عبارت است از یک قاشق غذاخوری بارهنگ ، چهار تخم ملین گرم برای ساعت ۱۰ صبح ، اسفرزه و تخم شربتی قبل از نهار و شام ، کفلمه گل ختمی و گل بنفشه ۳ بار در روز ، جوشانده پایه ریه و رعایت رژیم غذایی می باشد. درمان های جنبی استفاده از بخور و عطسه آورهای قوی و ماساژ کتف ها و بادکش می باشد.

### تنگی نفس ( آسم ) و عود تنگی نفس (خیراندیش)<sup>۱۲۵</sup>

۱- ۱۰۰ گرم ریشه ی سنبل الطیب را در یک لیتر آب بریزید و آنها را ۱۲ ساعت سر بسته نگهدارید . سپس آن را صاف کنید و قبل از غذا ، یک قاشق غذاخوری عسل را در یک لیوان آن را حل کنید و بنوشید . مبتلایان به آسم می توانند در هر نوبت عود کردن تنگ نفس خود ، از این نوشابه استفاده کنند تا تنگی نفس آنها بهبود یابد .

۲- برای رفع تنگ نفس و باز شدن مجاری تنفسی ، می توان از بخور عسل استفاده کرد . برای این کار ۲ لیوان آب را در یک قابلمه کوچک به جوش آورید . پس ۲ قاشق



غذاخوری عسل را در آن بریزید و به هم بزنید تا حل شود بعد با کم کردن شعله و انداختن یک پارچه روی سر خود، بخار حاصل را برای مدت ۵ دقیقه استنشاق کنید. بخور عسل موجب باز شدن مجاری تنفسی شما می شود. بخور عسل را می توانید در هر نوبت عود کردن تنگ نفس انجام دهید و لااقل برای مدتی خود را راحت کنید. برخی نوشته ها حکایت از درمان قطعی تنگ نفس با بخور عسل می کنند.

### آسم و تنگی نفس (کردافشاری)

در فصل پاییز و زمستان که تراوش مواد رطوبی از سر زیاد است، بیماریهای ریوی بسیار رخ می هد. به طور کلی هوای سرد برای ریه ضرر دارد. پس پوشاندن سینه و ریه مخصوصا در هوای سرد از ضروریات است.

### ورزش:

ورزش برای بیمار آسمی مناسب است اما در ابتدا سبک و به آهستگی باشد و کم کم بر سرعت و مدت آن افزوده شود. اما باید جانب احتیاط را در حین ورزش کردن نگه داشت که مبادا ماده (مواد زائد یا اخلاط رسوب کرده) به حرکت دربیاید و باعث خفگی شود. برای ورزش ریه، بعد از پاکسازی به وسیله اسهال و قی با صدای بلند آواز خواندن یا قرآن خواندن، نفس عمیق کشیدن و دمیدن (فوت کردن با شدت) مناسب است.

### روغن مالی:

روغن مالی سینه با روغن شوید یا روغن سوسن یا روغن نرگس یا مالیدن پشت و جلو و پهلوهای سینه و کتف با دست به نرمی، ابتدا آهسته بعد به تدریج قوی مفید است. اگر بعد ماساژ احساس خستگی به وجود آمد، روغن یاسمن یا شب بو بمالند. ماساژ سینه و دستها با پارچههای زبر و ضخیم و ماساژ معتدل نیز مفید است.

غذای بیمار مبتلا به آسم و تنگی نفس باید سبک و کم حجم ولی مقوی باشد.

### **غذاها و نوشیدنیها:**

مصرف غذاهای لطیف مثل آب و عسل، زرده تخم مرغ عسلی و گوشتهای کبک، بلدرچین و...

و پرهیز از غذای غلیظ مثل فست فودها و گوشت گاو بسیار مهم است. باید میان نوشیدنی و غذا فاصله باشد. تا ۲ ساعت بعد از غذا آب نوشیدن ممنوع است. هر چه دیرتر و کمتر آب بنوشند بهتر است. آب به صورت جرعه جرعه (بهتر است در ۳ جرعه) نوشیده شود. اگر به جای آب ماءالعسل (آب عسل) مصرف شود بسیار مفید است. شکم باید همیشه نرم باشد و لینت داشته باشد. چغندر پخته برای لینت دادن مناسب است.

گوشت‌های مفید برای مبتلایان به آسم و تنگی نفس (مخصوصا رطوبی): گوشت خروس، گنجشک، کبک، دراج، کبوتر، قرقاول، آهو، قلب حیوانات حلال گوشت.

### **سبزی‌های مفید:**

سداب، کرفس، نعناع، آویشن تازه، بادروج (تره خراسانی، ریحان کوهی)، چغندر، برگ ترب، پونه، کدو حلوائی، مرزه، شوید.

### **تنقالات مفید:**

بادام شیرین، پسته، چلغوزه، انجیر خشک، مویز

ادویه جات مفید:

زیره، سیاه دانه، کندر، دارچین، زعفران، زنجبیل.

### **غذاهای مفید:**

غذایی که در پختن ماده رطوبی و بلغمی و بیرون دادن آن از راه دهان کمک کننده است آبگوشت با گوشت خروس (ترجیحاً پیر) است. زرده تخم مرغ نیم برشت نیز مفید است. (تخم مرغ آب پز عسلی)

### نخود آب:

نخود را ۲۴ الی ۴۸ ساعت در آب خیسانده با گوشت‌های مناسب نام برده و پیاز پخته، شوید خشک به آن اضافه شود. در آخر روغن بادام و ادویه جات افزوده شود. مصرف شوربای (آش ساده) جوجه مرغ یا خروس پیر یا گنجشک با نان تنوری، ماء‌الحم (آب گوشت پخته شده با کمی ادویه)، کباب با نان، نان برشته با عسل، نانی که در خمیر آن انیسون، سیاه دانه، زیره بریزند مفید است، همچنین حریره سبوس گندم با مغز بادام پوست کنده و شکر یا حریره آرد باقلی، نبات و روغن بادام شیرین کنجد پوست کنده با شکر (کارامل کنجد). مربای زنجبیل، مربای انجیر، مربای بالنگ که با عسل درست شده باشند مفید است.

روغنی که در غذای بیمار آسمی مصرف می شود بهتر است روغن بادام شیرین و روغن حیوانی باشد.

### نوشیدنی‌های مناسب:

شربت عسل، اگر به جای آب از شربت عسل استفاده شود بسیار مفید است. اگر در آبی که از آن ماء‌العسل درست می شود، ایتیمون جوشیده باشد، خاصیت آن بیشتر می شود. یک تا ۲ قاشق غذا خوری ایتیمون را در پارچه بسته، در آب در حال جوشیدن به مدت ۳-۵ ثانیه قرار دهید پارچه را در آورده و آن را در آب بفشارید. ایتیمون در این بیماری بسیار مفید است. شربت عسل با کمی عرق رازیانه نیز به جای آب توصیه می شود. شربت زعفران: از مجربات در این بیماری نوشیدن شربت زعفران یا آب عسل با

زعفران است. زعفران مقوی دستگاه تنفسی است. نصف قاشق چایخوری زعفران در ۱-۱/۵ لیوان آب دم کرده با عسل در طول روز هر ۳-۲ ساعت ۱ فنجان میل شود. ماءالشعیر با عسل: مقداری جو پوست کنده را در ۱۴-۲۰ برابرش آب بخیسانند سپس روی شعله ملایم گذاشته، به محض شکفته شدن جوها شعله را خاموش کرده تا جو ته نشین شود. آب بالای آن را صاف کرده و با عسل بنوشند.

شربت انجیر، شربت مویز (یا شربت رضوی)، چای یا دمنوش زوفا، عرق زنیان از نوشیدنی های مناسب این بیماری به شمار می آیند.

اگر آسم از خشکی ریه باشد: ماءالشعیر، شیر بز، شیر گوسفند، شیر الاغ، شیر گوسفند با ترنجبین، غذاهای تر و چربی دار، روغن بادام در حریره ها مناسب است. در آسم سوداوی شیر شتر، شیر گوسفند و الاغ مفید است.

اگر علت آسم از مشکلات قلبی باشد: سیب، انار ترش و شیرین، موز، زرد آلو، شفتالو، خربزه، لیمو شیرین میوه های خوشبو و بویدن آنها، بویدن گل ها و عطریات خوشبو خوب است. شربت سیب شیرین، شیر گوسفند با ترنجبین، سوپی که از ماش و جو پوست کنده، روغن بادام، کدو و اسفناج و گوشت بزغاله درست شده باشد، ماءالشعیر مناسب است.

### پرهیزات بیماران آسمی (علاوه بر پرهیزات عمومی ذکر شده):

در هنگام دراز کشیدن به پشت، درد آسم شدت می یابد لذا بیمار آسمی نباید به طور طاق باز و به پشت بخوابد. خواب زیاد مضر است به ویژه خواب روز. زیان آورترین چیز برای این بیماران خوابیدن بلافاصله بعد از غذا است. تا حد امکان از زیاد حمام کردن پرهیز شود به ویژه بعد از غذا خوردن نباید فوراً به حمام رفت. باید از پرخوری، خوردن غذاها و نوشیدنی های سرد و تر در آسم و تنگی نفس بلغمی و رطوبی و نزلی

اجتناب نمود. از چیزهای تند و محرک و همه ترشی‌ها احتراز شود مگر سرکه و سکنجبین که اگر حرارت نباشد و آثار نزله و مشکلات گوارشی نباشد می‌توان مصرف کرد. سرخ کردنی، غذاهای چرب و روغن دار، چربی، ماهی تازه، شیر، ماست، میوه‌های تر (هندوانه، خیار، نارنگی، پرتقال و...) مخصوصاً در آسم رطوبی ممنوع است. از حبوبات نفاخ (لوبیا، عدس، باقلی و...) و تمامی مولدات نفخ و ریاح، غذاهای غلیظ قابض ترش پرهیز شود.

### چند توصیه برای مبتلایان به بیماری آسم

- خوردن سقز با عسل، جویدن زیره سبز به طور مرتب، مصرف ریوند موجب خروج رطوبات و اخلاط از سینه می‌شود.
- زیره کوبیده با سرکه ترکیب شده از داروهای مفید و نزدیک به اعتدال است.
- لیسیدن و مکیدن سیاه دانه کوبیده یا آسیاب شده که بلافاصله با عسل ترکیب شود.
- تخم کتان نیم کوب شده را جوشانده، صاف کرده با عسل بلیسید.
- خوردن کبر نمکین قبل از غذا
- استفاده از قلیان عرق نعناع، به این صورت که در مخزن قلیان بدون زغال و تنباکو به جای آب، عرق نعناع و دو سه قطره اسانس نعناع ریخته و در طول روز چندین مرتبه استفاده شود. یا غروب‌ها از آن استفاده شود و هر چند روز ۱ بار عرق نعناع عوض شود ولی هر روز چند قطره اسانس نعناع اضافه شود.
- آب پز شنبلیله و مویز از داروهای مفید برای آسم و تنگی نفس است. مویز دانه برداشته و شنبلیله را به اندازه مساوی با سه برابر آب (ترجیحاً آب نیسان) خوب جوشانده تاله شود. سپس صاف نموده، عسل به آن اضافه کرده مجدداً پخته، کف آن را برداشته تا به قوام شربت برسد. مقدار مصرف آن روزانه ۸۵ گرم است.

- آب پز شنبلیله، انجیر و عسل قبل از غذا مصرف شود. شنبلیله را با انجیر خشک درشت جوشانده، صاف نموده آب آن را با عسل بپزند تا غلیظ شود و به قوام بیاید چند ساعت قبل از غذا در صورتی که تب نباشد مصرف شود. می توان به این آب پز پونه نیز افزود.

- عسل، آرد بذر کتان، روغن بادام شیرین، مغز بادام شیرین پوست کنده، مغز پسته را باهم خوب مخلوط کرده تا مثل شکلات شود. مقداری از آن را در دهان نگه داشته و بکند.

- اگر تقریباً ۱/۵ گرم حلتیت (آنگوزه) خورده و بعد از آن آب جوشانده انجیر، زیره سبز، انیسون و زیره سیاه مدبر با سرکه (زیره ای که یک شب در سرکه خیسانده شده باشد) بنوشند از تنگی نفس راحت می شوند.

- جوشانده شنبلیله: شنبلیله ۱۲/۵ گرم، بنفشه ۵ گرم، بادیان رومی، مویز ۳۰ عدد همه را جوشانده، صاف نموده با قند یا عسل شیرین نمایند. هر روز به مقدار ۴۰ مثقال مصرف شود.

- یکی از بهترین داروهای ضد عفونی کننده ریه و روده: مقداری سیر را در شیر جوشانده و قدری عسل به آن اضافه نمایید و کم کم به بیمار بدهید.

- یکی از بهترین ملطفات سکنجین عنصلی است.

- در اطفال آب رازیانه تازه (یا عرق رازیانه) با شیر ترکیب شود.

- بخور دادن مفید است (بابونه + مرزنجوش + آویشن + پونه + گشنیز + اسطوخودوس و...)

- استفاده از قرص پادزهر احمدیه ۲-۳ تا صبح ۲-۳ تا ظهر ۲-۳ تا شب با عرق بید و

عسل مفید است

- استفاده از حب بید روزی ۴ الی ۶ عدد با عرق بید و عسل یا دمکرده پوست بید ۱۵ گرم + ریشه کاسنی ۱۰ گرم + ریشه شیرین بیان ۱۰ گرم + زوفا ۷ گرم + پر سیاوشان ۷ گرم + عناب + سپستان هر کدام ۱۰ دانه با شکر سرخ یا ترنجبین مفید است - استفاده از شربت زوفا / هر ۴ ساعت ۱ قاشق غذا خوری با عسل و کمی پودر ضد سرفه مفید است.

### گریپ ، لارنژیت ، سیاه سرفه ، تشنج ، رماتیسم ، آسم

عسل حاصل از لاواند lavand ضد تشنج و ضد رماتیسم بوده و برای آسم و سیاه سرفه و لارنژیت و گریپ مؤثر است. زیرا هر نوع عسل که مربوط به ناحیه ی مخصوصی باشد که گیاهان ویژه ای داشته باشد. قدرت شفا بخشی آن بر یک نوع از بیماری ها بیشتر است .

### آسم (روازده)

مصرف سکنجبین و بخور عرق نعناع و تخم گشنیز.

انجام حجامت آلرژی نیز مفید می باشد.

### برای تنگی نفس (دریایی)<sup>۱۲۶</sup>

یک فنجان عسل با یک فنجان سکنجبین ( که با عسل درست شده باشد) و همچنین یک فنجان سرکه سیب ، هر سه فنجان با آب گرم ممزوج شود و به مدت ۱۰ روز ناشتا بنوشید.

## درمان آسم و تنگی نفس (آل اسحاق)

۱- تعداد ۱۲۰ تا ۱۴۰ حبه سیر را تک تک چهار قسمت کند و داخل شیشه ای ریخته و الکل روی آن بریزد و یک هفته بماند و مواقع تنگی نفس دو تا سه حبه قورت بدهد.  
۲- نفس عمیق ۳- جگر سفید گوسفند را چرخ کرده و بصورت آبگوشت میل کنید ۴- مقداری اسفند جوشانده و بعد از هر غذا دو قاشق بخورید. ۵- اسطوخدوس هندی، آویشن، پرسیاوش و بارهنگ را هریک به اندازه ۵۰ گرم پاک کرده و در دو لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صاف نمایید سپس یک قاشق غذاخوری دانه اسپند را به آن اضافه نموده و آن را یک شب به همان حالت بگذارید از صبح به بعد هر دو ساعت یک قاشق از این شربت را میل نمایید.<sup>۱۲۷</sup>

## آسم و تنگی نفس (بنی هاشمی)

۱- آواز خواندن خلطهای سینه را بیرون میریزد و برای آسم و تنگی نفس و خلط سینه مفید است.

۲- پیاز را پوست گرفته و پر پر کنید و هر کدام از پره های پیاز را با عسل بخورید.  
۳- یک قاشق غذاخوری بذرنبله به همراه یک قاشق غذاخوری کشمش بی دانه در یک یا دو لیوان آب جوش به آرامی بجوشانید تا یک مقدار آب آن بخار شود و تحت فشار این را صاف کنید این را شب آخر وقت یا صبح ناشتا مصرف کنید.

## تنگی نفس و آسم سرد (بنی هاشمی)

۱- پوست انار را همراه با یک پیاز متوسط بجوشانید پیاز را با چاقوی چوبی یا مشت زدن پاره کنید و داخل همان آبی که پوست انار را میجوشانید بجوشانید بعد که یک مقدار غلیظ ترشد با عسل شیرین کرده میل کنید در وقتهای خاص بالاخص شبها قبل



از خواب و صبح ناشتا استفاده کنید.

- ۲- کشمش یکی از درمانهای آسم است. رازی می گوید: کشمش بی دانه و شنبلیله را باهم در یک لیوان آب جوش ۵ دقیقه بجوشانید سپس تحت فشار آبش را خارج کرده و مصرف مکرر و مرتب آن برای آسم تنگی نفس عالی است.
- ۳- بارهنگک بصورت جوشانده یک قاشق مرباخوری در یک لیوان عرق گزنه و یا گیاه پای خر بسیار اثربخش است.

### آسم - تنگی نفس و برونشیت (بنی هاشمی)

یک رطل سیر خوب بهمراه یک رطل روغن حیوانی بر آتش پخته تا سیر له شود آنگاه ۲ رطل عسل صاف بر آن اضافه کرده و بر آتش بگذارید تا آرام آرام بپزد و مثل رب شود و بعد آن را بلیسد.

### کم آوردن نفس (گزارش درمان) ۱۲۸

کودک ۹ ساله به علت کم آوردن نفس مراجعه نمود. در ضمن بیمار بی اشتها بود. مزاج کودک سوداوی بود.

برای بیماری ULR در خواست گردید که نرمال گزارش شد.

درمان های انجام شده: به مدت ۱۴ روز منضج سودا تجویز شد و بعد از آن حجامت عام انجام شد. یک هفته بعد مراجعه کرد که کاملاً خوب شده بود.

### تنگی نفس (گزارش درمان) ۱۲۹

- نام بیمار: آقای م. ر.

سن: ۳۴ سال

علت مراجعه: تنگی نفس ۹ سال - تشدید در بهار و پائیز ، تشدید در استرس

درمان های انجام شده: حجامت عام ۲ بار

سیر درمان: بهبود کامل حملات تنگی نفس ماهیانه - آرامش اعصاب

**تنگی نفس ( گزارش درمان) ۱۳۰**

- نام بیمار: خانم ک.

سن: ۴۵ سال

علت مراجعه: تنگی نفس شدید سابقه ۳ سال - آسم مزمن

درمان های انجام شده: حجامت یک بار

سیر درمان: بهبود کامل

**تنگی نفس ( گزارش درمان) ۱۳۱** نام بیمار: آقای غ. ب. سن: ۴۸ سال

علت مراجعه: تنگی نفس ۴۰-۳۰ سال

درمان های انجام شده: حجامت عام یک بار

سیر درمان: کاهش تنگی نفس - بهبود اشتها

**نفس کم آوردن و خستگی (روازاده)**

پرسش: دختری ۳۰ ساله هستم، مشکل من این است که نفسهایم کوتاه و بریده بریده

است، خستگی زودرس دارم و وسط صحبت کردن نفس کم میارم، علت چیست؟

پاسخ: می تواند یک آسم خفیف باشد، حجامت آلرژی انجام دهید، حمام گرم بروید و

با کیسه پشمی و روشور تمام بدنتان را کیسه بکشید تا منغذهای پوستی شما باز شود و

تنفس شما بهتر شود. اگر علایم کم خونی دارید دستورات خونساز را انجام دهید<sup>۱۳۲</sup>.

۱۳۰ حجامت درمانی ص ۱۴۳

۱۳۱ حجامت درمانی ص ۱۴۳

۱۳۲ (پرسش های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۵۲)

## یبوست با سرما خوردگی و نفس تنگی (روازاده)

پرسش: دختر بچه‌ای است که ۴۸ ساعت یبوست دارد، سپس سرما خوردگی و بعد هم تنگی نفس اضافه می‌شود. در کمتر از ۲ یا ۳ روز با مراجعه به پزشک بهبودی حاصل می‌شود، اما یک ماه بعد همان شرایط دوباره تکرار می‌شود. این مشکل با مصرف بادام زمینی و خوراکی‌های کارخانه‌ای بیشتر می‌شود. لطفا راهنمایی بفرمایید؟

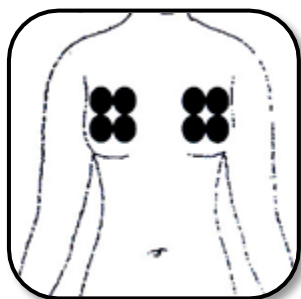
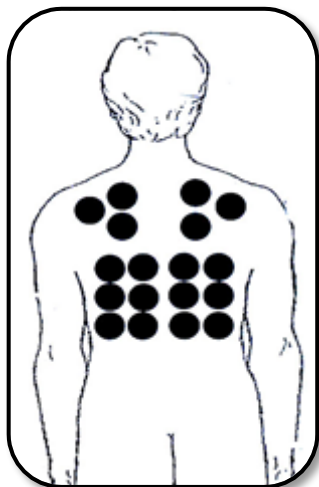
پاسخ: روزانه دو لیوان شربت خاکشیر گرم به او بنوشانید (یک قاشق مربا خوری خاکشیر). حمام بچه گرم باشد و بعد از استحمام پای بچه را با آب سرد بشوید و بدن بچه اصلا سرد نشود. و اصلاح تغذیه و رعایت کلیات هم لازم است.<sup>۱۳۳</sup>

## درمان آسم و تنگی نفس

- ۱- پرهیز از مواد آلرژن و غذاهای محرک و بوهای حساسیت زا (مثل عطرها و شوینده ها و استخر عمومی و سیگار و قلیان).
- ۲- بادکش گرم ریه و سینه ۵ تا ۷ جلسه.
- ۳- حجامت ریه در جلسه اول.
- ۴- حجامت آلرژی بعد از دو هفته.
- ۵- بخور عسل.
- ۶- عرق برگ چنار هر ۸ ساعت یک استکان.
- ۷- استفاده از جگر سفید گوسفند بصورت آب پز.
- ۸- هر شب نصف لیوان دم کرده سنبل الطیب یا عرق آن با کمی عسل میل شود.

۱۳۳ پرسش‌های شما، پاسخهای حکیم دکتر روازاده، ج ۱، ص ۵۷

۹- استفاده از روغن سیاه دانه بر روی قفسه سینه و در کودکان استفاده از روغن زیتون بر روی قفسه سینه.



### بادکش قله و قاعده ریه

درمان تکمیلی تنگی نفس

افزایش حجم ریه ها و ظرفیت حیاتی آنها

درمان تکمیلی آسم

درمان تکمیلی COPD

برای تکمیل بادکش ریه بهتر است بعد از بادکش

بخور آب گرم انجام شود.

### بادکش سینه

اندیکاسیون ها :

درمان تکمیلی بیماری آسم و تنگی نفس .

درمان تکمیلی کیست های پستان .

درمان تکمیلی توده های پستان.

جهت حجیم کردن پستان ها.

**تنگی نفس<sup>۱۳۴</sup> ( گزارش درمان)**

نام بیمار: آقای م. ر.

سن: ۳۱ سال

علت مراجعه: تنگی نفس

علائم بیماری: بیمار جانباز شیمیایی ۳۰٪ بود که به مدت سه سال در اسارت به سر برده است. از سال ۷۰ مبتلا به تنگی نفس و گرفتگی عضلات خصوصاً در نیمه بالایی شده بود. تنگی نفس با راه رفتن و تحرک، بوی سیگار، وایتکس و سیر و گل شدید می شد. بیمار همچنین از سردردهای شدید، سرفه های خشک و مکرر رنج می برد. گاهی سرفه ها به حدی شدید بود که خلط خونی دفع می شد و بعضی اوقات هم بدلیل تنگی نفس و سرفه، بیمار بیهوش می شد. داروهای مصرفی بیمار؛ اسپری بلکومتازون، شربت تتوفیلین، پرومتازین، قرص تتوفیلین، آمپول متیل پردنیزولون، قرص پردنیزولون و اسپری سالبوتامول بود. بیمار چندین مرحله در بیمارستان آتیه و ساسان بستری شده بود.

درمان های انجام شده: برای بیمار طرح درمانی زیر پیش بینی شده؛

حجامت عام سه مرحله

مالیدن روغن سیاهدانه به پشت و سینه روزی ۲ مرتبه

سیر درمانی: بعد از انجام حجامت اول ۹۵٪ از علائم بیمار برطرف گردید و بیمار کاملاً اظهار رضایت دارد. فعلاً درمان ادامه دارد.

### تنگی نفس (گزارش درمان اصلان شاهوردی)<sup>۱۳۵</sup>

نام: خانم ف.د سن: ۵۰ سال

علت مراجعه: تنگی نفس

علائم بیماری: بیمار سابقه ۱۵ ساله از آسم و فشارخون را ذکر می کند. بیمار کورتون مصرف می نماید. مزاج دموی برای بیمار تشخیص داده شد.

درمان های انجام شده: دستورات زیر داده شد؛

۱. حجامت عام+واکسن

۲. حجامت آلرژی دو هفته بعد

۳. حجامت عام دو هفته بعد+واکسن

۴. حجامت عام یک ماه بعد+واکسن

سیردرمان : در حال حاضر فشارخون بیمار کاهش یافته ، کورتون استفاده نمی کند و تنگی نفس هم ندارد.

### نفس کم آوردن در هنگام راه رفتن

۱. اضافه وزن خود را درمان کند، ۲. کم تحرک نباشد (روزی نیم ساعت پیاده روی آرام در سطح مستوی در هوای آزاد داشته باشد).

### دفع خلط اضافی و رفع خلط چسبنده (ضیایی)

صبح: شیر عسل، عصر: مخلوط قسط شیرین (=قسط عربی = خولنجان عربی) با نیم گرم افسنطین، شب قبل از خواب : آب سیب عسل

### درمان تنگی نفس در سالمندان و میانسالان (ضیایی)

۱. اول یک استکان از جو شانه‌ده مخلوط گل زُوفَا و ریشه اَریسا به نسبت مساوی
۲. پیاده روی آرام در سطح مستوی در حیاط یا پارک ( در نور مستقیم آفتاب بمدت ۱۵ دقیقه که برای دریافت ویتامین D لازم است)
۳. خوردن مخلوط آب سیب تازه با زردک تازه ( هویج زرد ) که جهت دریافت ویتامین A لازم است.

۴. شنا کردن در آب بهداشتی سالم (استخر، دریاچه، دریا، برکه، رودخانه...)

### توجه

مواردی که برای تنگی نفس بسیار خوب است

۱. تخم آمله ، ۲. تخم کرفس ، ۳. تخم اسپند ، ۴. تخم کتان ، ۵. گیاه پاخر (حشیشة السعال) ، ۶. دانه انیسون = بادیان رومی ( ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد سرفه ) ، ۷. آویشن ( برای درمان سیاه سرفه و تنگی نفس خوبست ) ، ۸. نعناع با مصطکی ( صمغ درخت پسته جنگلی ) جویده شود ( برای درمان تنگی نفس خوبست ) ، ۹. خوردن زنیان (در درمان آسم و چاقی شکمی مفید است) ، ۱۰. سوپ جو ، ۱۱. روزی ۱۴ عدد عناب رسیده را با یک قاشق غذاخوری عسل آویشن بخورید ، افراد سرد مزاج هم میتوانند عناب را با مویز ( کشمش انگور سیاه ) بخورند ، ۱۲. جوشانده برگ حساس و ریشه حساس ( گیاه حساس = گل فارکون = مستحیه ) { توجه : زیاده روی در خوردن دمکرده یا جوشانده برگ و ریشه حساس ، مسمومیت می آورد و موجب ریزش مو میشود } .<sup>۱۳۶</sup>

### آپنه یا توقف تنفسی<sup>۱۳۷</sup> ( در دم یا بازدم ، در بیداری یا به هنگام خواب ) یعنی درمان بیماری آپنیک (ضیایی)

مواردی که باید پرهیز شود : چربی های با ترانس بالا ( موز ، جگر سیاه ، ته دیگ ، خامه ، سرشیر ، کیک خامه ای ، رولت ، نارنجکی ، روغن جامد ، کله پاچه ) ، قندهای شیمیائی ( قند و شکر ، شیرینی جات قنادیها ) ، غذاهای تند و تیز ( فلفل ، سس فلفل ) ، اسانسهای شیمیائی ( نوشابه های گازدار ، آبمیوه های شیمیائی ) ، خوردن تخم مرغ ( کوکو ، نیم رو ) در شب .

درمان : ۱ - هرروز روغن بادام تلخ به بینی بکشید یعنی استنشاق آن (=سعوط مع دهن کوز مَرُّ) ، ۲ - هرروز یک قاشق روغن زیتون خوراکی با ناهار و یک قاشق روغن

۱۳۶ نسخه مورد تایید استاد

۱۳۷ نسخه های مورد تایید استاد...

زیتون خوراکی با شام ، ۳ - هر شب بخور مرز نجوش ( درمان تنگی نفس = عَسْرُ النَّفْسِ ) ، ۴ - وسط روز یک عدد خرمالوی رسیده یا گل خرمالو یا برگ آن ، و همچنین عصرانه یک عدد خرمالو میل شود.

### تنگی نفس (روازاده) مرد/سن ۳۰ سال / تهران

پرسش: تقریباً حدود دو ماه است که از بعد از ظهر تا شب قبل از خواب دچار تنگی نفس می شوم. عکس ریه و نوار قلب گرفتم هیچ مشکلی دیده نشد. این حالت رو به تشدید است. لطفاً بفرمایید چه عواملی می تواند باعث آن شود.

### پاسخ:

اگر عکس ریه و نوار قلب طبیعی بوده و معاینه ریه طبیعی است بعید به نظر می رسد مشکل جدی در قلب یا ریه باشد.

اگر ترشحات پشت حلق دارید این مسئله می تواند باعث مشکل شود.

معمولاً تنگی نفس ناشی از مشکلات قلبی و ریوی با فعالیت افزایش و با استراحت بهتر می شود. اگر این طور نیست ممکن است زمینه های اضطرابی باعث آن شده باشد.

برای رفع آن می توانید مخلوطی از گلاب و بیدمشک را هر روز بعد از ظهر تا شب ۲-۳ لیوان میل کنید.<sup>۱۳۸</sup>

### درمان تنگی نفس و آسم (دریایی)<sup>۱۳۹</sup>

اگر ۱۵ گرم سیاهدانه را با ۱۵ گرم زوفا دریایی مخلوط کرده و نرم ساییده و با عسل خمیر کرده و روزی یک قاشق مربا خوری آن را در دهان گذاشته و بکنند در رفع تنگی نفس مجرب است.

۱۳۸. پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روزاده ج ۲ ص ۵۸

۱۳۹. سیاه دانه و عسل ص ۳۶



## معالجه ی آسم و برونشیت و بحران های آسم (خیراندیش)

- پانزده تا شصت گرم ریشه های زنبق تازه یا خشک را در یک لیتر آب جوش بریزید و آن را روی آتش بگذارید تا دو دقیقه بجوشد. بعد، ظرف آن را از روی آتش بردارید و بیست دقیقه به حال خود بگذارید تا دم بکشد. بعد، آن را صاف کنید و با عسل شیرین سازید و هر ساعت دو قاشق سوپ خوری از آن را مصرف کنید.

جوشانده و دم کرده ی ریشه ی زنبق بحران های آسم را آرام می کند.

**نسخه دیگر:** پانزده تا سی گرم گل های خشک هزار چشم (هوفاریقون) را در یک لیتر آب جوش بریزید و دوازده دقیقه آن را دم کنید. بعد، صاف کرده و با عسل شیرین سازید هر روز دو یا سه فنجان از آن را بنوشید تا بحران های حملات آسم شما برطرف گردد. این دم کرده را برای معالجه ی برونشیت و سرماخوردگی نیز تجویز می کنند.<sup>۱۴۰</sup>

## درمان آسم خفیف (ضیایی)

۱. روزی دو استکان آب زردک = هویج رسمی (در کودکان بالای دو سال، یک سوم این مقدار)، ۲. روزی پانزده دقیقه در نور مستقیم آفتاب بازی کند (زیرا یکی از علل ایجاد آسم کمبود ویتامین D میباشد)، ۳. شنا در عمق کم آب بهداشتی سالم، ۴. دوچرخه سواری آرام در سطح مستوی

درمان آسم متوسط و شدید: ۱. خوردانه (إجقو)، ۲. جوشانده برگ بارهنگ، دمکرده تخم بارهنگ، ۳. دارو مرکب: ریشه اریسا، بسفایج، گل ختمی خبازی، ریشه شیرین بیان، تخم گشنیز، شکر تیغال (تیقال)، مرز نجوش، آویشن، مریم گلی،

از هر کدام ۲۵۰ گرم ، همگی را مخلوط کند و ۱۶ قسمت کند و هر روز یک قسمت آنرا بجوشاند و یک استکان از آن بخورد .

**کنترل حمله های آسم و برونشیت و رفع سسکه ضد عفونی کننده بسیار قوی (ضیایی)**  
اسانس قسط بحری (کوست بحری)

## داروهای گیاهی آسم<sup>۱۴۱</sup>

آسم نوعی تنگی نفس که در عمل دم هیچ مشکلی ندارد ولی در عمل بازدم مشکل پیدا می کند .

### نکته

ابتلا به سرخک پیش از ۳ سالگی کودک را در مقابل آسم مصون می سازد . آسم هنگام کامل شدن ماه شدت می یابد . هنگام خواب حمله های آسم افزایش می یابد (چون قند خون به کمترین حد می رسد) - آسم در افرادی که زیاد عرق می کنند کمتر دیده می شود - اگر با خوردن آنتی هیستامین ، احساس بهبودی کند ، به ماده ای مانند عطر یا پربالش و .... حساسیت دارد .

### مضرات

مواد حساسیت زا ( هوای آلوده ، غبار چوب ، مواد شیمیایی صنعتی یا پلاستیک ، سیگار ، رنگ ها خصوصا روغنی ، مواد پاک کننده ها مانند اسید یا ایتکس ، حشره کش ها ، قرص های حشره کش ...)

آستامینوفن (۴۷٪ باعث آسم در کودکان می شود)

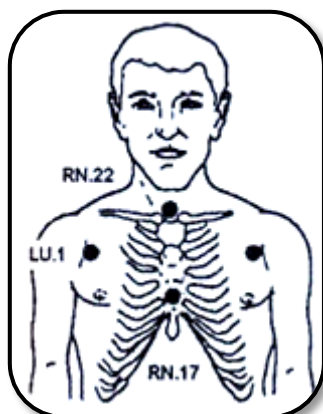
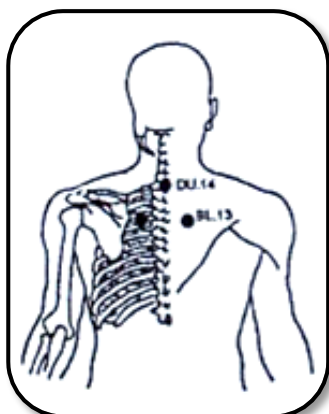
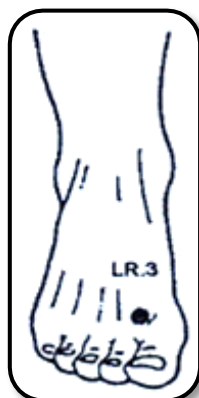
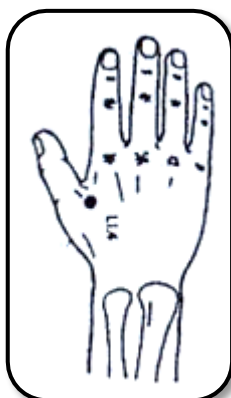
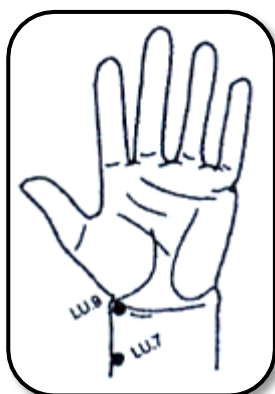
آب سرد - دوش سرد - غذاهای شور - خیار شور - نوشابه ها - آب میوه ها - کنسروها - قهوه - کاکائو - شکلات - چیپس - بادمجان سرخ کرده - پنیر - تکاس با

پر حیوانات - بالش پر - آسپرین - ایبوپروفن - پوشال کولر ( باید هر سال عوض شود ) - آبجو - شیر - تخم مرغ - کوهها - تنقلات ( تخمه ، پفک... ) - موز - گرده گل ها.

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### تنگی نفس، آسم و برونشیت



## ۲۶- بیماریهای ریه

## تقویت ریه

انار شیرین، ترب سیاه، کرفس، کاهو، شیر تازه گاو، عسل، مویز، بادام شیرین درختی، خرما، خشک، فندق تازه خام، روغن فندق.

## تخریب ریه (برای استعمال دخانیات)

صبح: عسل رقیق شده، وسط روز: یک لیوان آب پرتقال، عصرانه: یک لیوان آب لیمو شیرین، شب: آب سیب عسل.

## بیماری های ریوی (خیراندیش)

- عسل حاوی آنتی بیوتیک ها است که با آنها خاصیت ضد عفونی کنندگی پیدا می کند. هم چنین عسل با دارا بودن موادی چون اسانس تره بانئین، کافور و کاکوتی، باعث آرامش ریه ها و تخلیه ی اخلاط چرکی ریه ها می شود. همانطور که می دانید، اگر بدن انرژی زیادی که از دست رفته به بدن نرسد، مقاومت بدن در مقابل بیماری، کم می شود. از آن جا که عسل توسط بیماران مبتلا به امراض ریوی علاوه بر خواص فوق الذکر، باعث بالا بردن ذخایر انرژی بدن و افزایش قدرت بدن نیز می شود. بر اساس آنچه ذکر شد، کسانی که به بیماری های ریوی، اعم از یک گرفتگی کم اهمیت صد، سینه درد، سرفه و حتی سل مبتلا هستند، چنانچه به همراه داروهای تجویز شده توسط پزشک، عسل یا معجون های مختلفی از عسل را نیز به طور مرتب مصرف کنند، زودتر بهبود می یابند. لذا مصرف عسل به تنهایی؛ عسل رقیق شده در آب جوشیده و یا ولرم یا سرد؛ عسل رقیق در شیر و مخلوط عسل و گلبرگ محمدی، برای درمان سرفه، گرفتگی صدا، بیماری های عفونی ریه و سل ریوی سودمند است.

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

– مخلوط یک استکان آب پیاز ، یک استکان سرکه و دو استکان عسل به مقدار یک قاشق غذاخوری در هر دو ساعت ، برای رفع سرفه ، گرفتگی صدا و بیماری های ریوی مؤثر است .<sup>۱۴۲</sup>

### همه بیماریهای شش (تبریزیان)<sup>۱۴۳</sup>

انجدان رومی (کاشم) پودر کاشم پالایش دهنده شش هاست.

### عفونت ریه (تبریزیان)

داروی جلمع با آب رازیانه مصرف شود.

### ضد عفونی کردن ریه ها (بنی هاشمی)

۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آن را بجوشانید

تاله شود مقدار مصرف ۳ قاشق سوپخوری در روز است.

### تنقیه سینه و شش (بنی هاشمی)

پیاز اگر با دنبه پخته شود مفید است.

## ۲۷- برونشیت

برونشیت مزمن (تبریزیان)<sup>۱۴۴</sup>

کاشم (انجدان رومی) بهترین درمان بیماری های شش است هر شب یک قاشق مرباخوری از آن بخورید.

آسم ( تنگی نفس - برونشیت شدید ) (باقری)<sup>۱۴۵</sup>

ادویه جات بی جا، چاشنی های شور و نمک های یددار موجود در بازار از موجبات بروز آسم می باشند. با اصلاح کامل تغذیه و پرهیز این موارد برای درمان آسم از روش های زیر استفاده کنید :

۱- کاکوتی ۲۰ گرم + پونه ۲۰ گرم + پرسیاوشان ۲۰ گرم + گل خطمی سفید و اگر ریشه این گل بهتر است ۲۰ گرم + زوفا ۲۰ گرم

مواد فوق را در ۲ لیتر عرق اسطوخدوس جوشانده آخرین مرحله جوش ، شعله را کم کرده آن گاه ۵۰ گرم گل پنیرک را در آن دم کرده و صاف کنید.

اگر آسم شدید بود سه وعده ، هر وعده یک لیوان ناشتا و اگر آسم معمولی بود دو وعده ( صبح و شام ) هر وعده یک لیوان ناشتا میل کنید .

۲- کسی که آسم شدید دارد و ریه هایش خیلی مشکل دارد روزی یک نوبت یک قاشق شربت اِرکا (RK) را به داروی نسخه اول اضافه کرده میل کند تا به طور کامل ریه را پاکسازی کند.

۳- دو قاشق شربت حیات را با دم کرده ( شماره یک ) مخلوط کرده ۲ قاشق در دو نوبت صبح و شب میل کنید .

۱۴۴ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۴۵ طب اصولگرای اسلامی ص ۱۲۶

۴- بادکش ریه از هر دو طرف انجام دهید.

۵- حجامت عام انجام دهید.

۶- حجامت موضعی از ریه انجام دهید.

۷- گیاه مُخلّصه ( ویژه نواحی کرمان) را دم کرده میل کنید .

این دم کرده به تنهایی در ظرف سه روز می توانید آسم شدید را درمان کنید. توجه داشته باشید که مخلصه سایر نواحی ایران این خاصیت فوق العاده را ندارد.

۸- چای ضد آسم تهیه کرده و میل کنید.

برای تهیه این چای چنین عمل کنید: زوفا ۱۰۰ گرم + ریشه کرفس ۱۰۰ گرم + ریشه بابا آدم ۱۰۰ گرم + برگ سیاوشان ۱۰۰ گرم + رازیانه ۱۰۰ گرم مواد فوق را مخلوط کرده و آسیاب کنید.

هر شبانه روز ۲ قاشق غذاخوری از این پودر را داخل یک قوری که تقریباً ۲ لیوان آب دارد ریخته ، به مدت ۳ دقیقه دم کرده و روزی ۳ تا ۵ فنجان میل کنید.

### درمان برونشیت ( خیراندیش )<sup>۱۴۶</sup>

- شصت گرم برگ های تازه یا خشک راج را در یک لیتر آب سرد بریزید و یک شب بگذارید تا خوب بخیسد سپس ، ظرف محتوی آن را روی آتش بگذارید بجوشد و سپس سرد شود و بعد آن را صاف کنید و با عسل شیرین سازید و در طول شبانه روز سه تا پنج فنجان از آن را بنوشید تا اگر مبتلا به برونشیت بودید شفا یابید .

- پانزده تا شصت گرم شاخه زبان گنجشک خشک را در یک لیتر آب سرد بخیسانید و بعد ظرف آن را روی آتش بگذارید تا به جوش آید و پنج دقیقه بجوشد بعد آن را از



روی آتش بردارید و صاف کنید و با عسل شیرین سازید و هر روز سه فنجان از آن را قبل از غذا بنوشید .

این جوشانده برونش های شما را پاک کرده و اگر در اثر برونشیت تب کرده اید تب شما را قطع خواهد کرد.

- دم کرده ریشه زنبق را بخورید تا شفا یابید . برای تهیه ی جوشانده و دم کرده ریشه زنبق باید پانزده تا شصت گرم ریشه های تازه یا خشک زنبق را در یک لیتر آب جوش بریزید و ظرف محتوی آن را روی آتش بگذارید تا دو دقیقه بجوشد، بعد از روی آتش بردارید و بیست دقیقه آن را دم کنید ، بعد صاف کنید و با عسل شیرین سازید و هر یک ساعت دو قاشق سوپ خوری از آن را بنوشید.

- پنجاه و پنج گرم برگ و گل سیزاب را که خشک کرده اید در نیم لیتر آب سرد در ظرفی بریزید و آن ظرف را خاموش کنید و بگذارید دو تا پانزده دقیقه دم بکشد . سپس آن را صاف کنید و با عسل شیرین سازید و نیم ساعت قبل از صرف غذا یک فنجان از آن را بنوشید . جوشانده ی سیزاب به ترتیبی که طرز تهیه و مصرف آن را در بالا دادیم درمان مؤثری برای برونشیت می باشد.

- پنجاه تا شصت گرم ریشه ی علف نقره ای را که خشک شده است با یک لیتر آب سرد در ظرفی بریزد و یک ساعت به حال خودش بگذارد تا خوب خیس بخورد بعد ظرف محتوی آن را روی آتش بگذارد تا با آتش ملایمی به جوش آید و پنج تا ده دقیقه بجوشد بعد آتش را خاموش کنید و بگذارید ده دقیقه دم بکشد ، صاف کنید و با عسل شیرین سازید و هر روز چهار تا شش دفعه و هر دفعه نیم فنجان از این جوشانده را بنوشید. مصرف این جوشانده تنفسی مؤثر است.

- بیست گرم گل و برگ گل ختمی را در یک لیتر آب جوش بریزید و دوازده دقیقه آن را دم کنید. بعد آن را صاف کرده و با عسل شیرین سازید هر روزی سه فنجان از آن را بنوشید

این دم کرده برونش ها را پاک کرده و سرفه را آرام خواهد کرد.

جوشانده ریشه گل ختمی (سی تا چهل گرم ریشه گل ختمی در یک لیتر آب خیسانده بعد از دو ساعت دوازده دقیقه جوشانده) آنژین ، پس از اینکه تهیه نمودید ، با عسل شیرین کنید و هر روز سه فنجان از آن بنوشید و توجه داشته باشید که از سه فنجان تجاوز نکنید . همچنین می توانید شربت گل ختمی را مصرف کنید. طرز تهیه ی آن به شرح زیر است:

پانزده تا بیست گرم ریشه خشک و قطعه قطعه شده گل ختمی را در نیم لیتر آب سرد بخیسانید و یک کیلو شکر به آن اضافه کنید و بگذارید بیست و چهار ساعت به همان حال باقی بماند هر روز سه قاشق سوپ خوری از این شربت را بنوشید.<sup>۱۴۷</sup>

### برونشیت (بنی هاشمی)

۱- پوست پرتقال را بادست بکنید و جلوی بینی فشار دهید و گاز آن را تنفس

کنید. اثرش از اسپری های صدهزار تومنی آمریکایی و سالبوتامول بهتر است.

۲- در ساعات اوج بیماری (صبح و شب) یک استکان از جوشانده بذر بارهنگ (یک

قاشق) در یک استکان عرق نعنا بخورید. البته این نسخه موجب تشدید یبوست است.

### درمان برونشیت و ذات الریه (ضیایی)

جوشانده گل ماهور ، جوشانده پنیرک ، جوشانده گل آفتابگردان ، خوردن مخلوط

آب سیب رسیده تازه با آب زردک ( هویج رسمی یا هویج وحشی)، به همراه غذا

سیاهدانه و رازیانه خورده شود ( در درمان آسم و برونشیت مفید است)، جوشانده برگ بارهنگ روزی سه فنجان ( در درمان آسم برونشیتی مفید است).

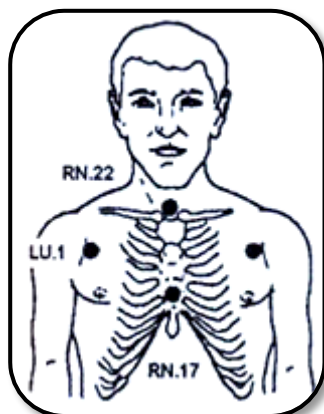
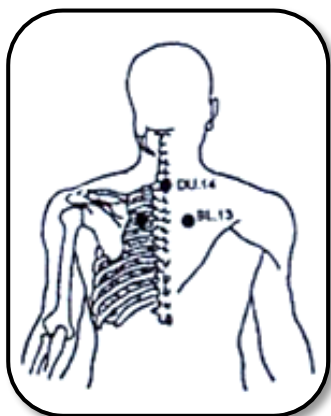
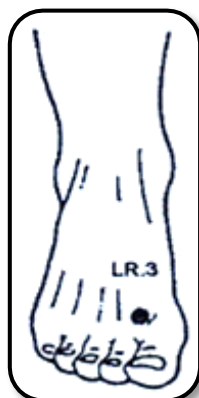
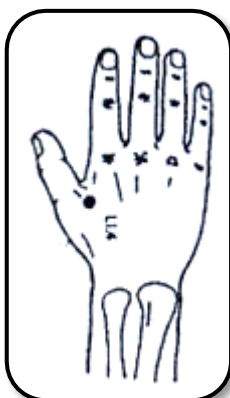
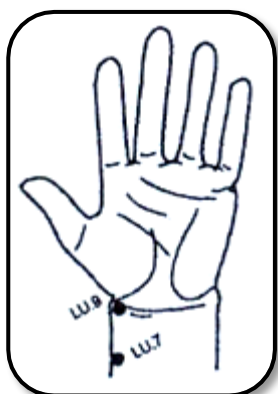
### کنترل حمله های آسم و برونشیت (ضیایی)

اسانس قُسطِ بَحری ( گُوستِ بحری )

قبل از عمل به نسخه ها جلد اول و کتاب مزاج شناسی استاد خیراندیش را مطالعه نمایید

نقاط فشاری ، طب سوزنی ، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

## تنگی نفس، آسم و برونشیت



## ۲۸ - خونریزی بینی

خونریزی بینی (روایات)  
سیب رنده شده

ابن بکیر می گوید: روزگاری در مدینه به بیماری خونریزی بینی دچار شدم. دوستان ما از امام صادق (ع) پرسیده بودند چه چیزی ریزش خون را قطع می کند و حضرت فرموده بودند: سیب رنده شده به وی بدهید. آنان چنین کردند و خون ریزی بینی من قطع شد.

## تره تیزک

امام صادق (ع) فرموده اند: هرکس شبانه تره تیزک بخورد، از ناحیه ی بینی به جذام دچار شده و چندان خون از آن برآید که وی را ناتوان گرداند.<sup>۱۴۸</sup>

## قاووت سیب

سالی در مدینه به خون دماغ مبتلا شدم. یارانمان از امام صادق (علیه السلام) درباره چیزی که مانع خونریزی بینی شود پرسیدند. به آنان فرمود:

« به او سوویق سیب بدهید»

آنان به من از این سوویق خوراندند و خونریزی بینی ام قطع شد.

## بستک هندی

زنی با فرزندش نزد عایشه بود و از سوراخ های بینی آن کودک ، خون می آمد. در این هنگام پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در آمد . پرسید: این را چه شده است ؟ گفت: گلو درد دارد.

فرمود: وای بر شما! کودکان خویش را مکشید. هر مادری که فرزندش به گلو درد گرفتار شود. قدری بستک هندی بردارد و در آب بساید و سپس به کودک انفییه کند. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، سپس عایشه را به این کار، امر فرمود. او این کار را با کودک انجام داد و وی، بهبود یافت.<sup>۱۴۹</sup>

### خون دماغ (باقری)<sup>۱۵۰</sup>

برای بند آمدن خون دماغ و بهبودی کامل چنین عمل کنید:

۱- تره را کوبیده، آب آن را داخل بینی بچکانید.

۲- سماق را آنقدر بجوشانید تا غلیظ شود آن گاه با آب آن استنشاق کنید.

### خون دماغ (تبریزیان)<sup>۱۵۱</sup>

علتش می تواند از غلبه صفرا یا غلبه خون باشد و چون خشکی بینی نیز موجب شکنندگی و خراش بینی شود. درمان آن ۱- ریختن روغن بنفشه در بینی ۲- خوردن سویق (پودر) سیب (سیب را تفت دهید و بخورید). ۳- پرهیز از خوردن شاهی ۴- نوشیدن شیر و خوردن سیب ۵- حجامت کند

### اپی ستاکسی یا خون دماغ شدن (گزارش درمان)<sup>۱۵۲</sup>

- نام بیمار: آقای م. ت. سن: ۹ سال

علت مراجعه: خون ریزی از بینی

علائم بیماری: بیمار از ۴ سال قبل از ناحیه بینی دچار خونریزی متناوب بود که این عارضه معمولاً هفته ای ۲ تا ۳ بار اتفاق می افتاد و گاهی چندین بار در روز تکرار می

۱۴۹ مستدرک علی صحیحین ج ۴ ص ۴۵۰

۱۵۰ طب اصول گرای اسلامی قسمت خون دماغ

۱۵۱ کتاب و سخنرانی های استاد

۱۵۲ حجامت درمانی ص ۷۴

شده است.

پس از مراجعه بیمار به متخصص و سپری نمودن آزمایشات مکرر کلیه نتایج نرمال گزارش می شد. جز اینکه به علت خونریزی مکرر بیمار در زمان مراجعه مبتلا به آنمی بود. قبل از مراجعه بیمار ۴ مرتبه تحت جراحی سوزاندن بینی قرار گرفته بود. درمان های انجام شده: بعد از مراجعه به این مرکز، برای بیمار درمان زیر تجویز گردید.

۱. روغن سیاهدانه داخل بینی هر شب یک قطره

۲. دوسین

۳. بادام

۴. انجیر

۵. حجامت عام

۶. حجامت قاعده ریه

۷. بادکش قاعده ریه

سیر درمان: پس از ۱۴ روز دفعات خونریزی از هفته ای ۳ بار به یک بار در عرض ۲ هفته کاهش یافت و پس از ۴۰ روز خونریزی کاملاً قطع شد و بعد از گذشت یکسال از درمان اپی ستاکسی اتفاق نیافتاد.<sup>۱۵۳</sup>

**اپی ستاکسی (گزارش درمان)<sup>۱۵۴</sup>**

نام بیمار: آقای م. گ. سن: ۲۲ سال

علت مراجعه: خونریزی از بینی

۱۵۳ حجامت درمانی ص ۷۴

۱۵۴ حجامت درمانی ص ۷۴

علائم بیماری : بیمار با شکایت خونریزی از بینی مراجعه نمود. این شکل از کودکی پدید آمده بود . که در آزمایشات انجام شده بقرار زیر بود :

PTT=۴۱                      PLt=۱۹۷۰۰۰

Hb=۱۶/۶                      PT=۱۳                      BT=۵

که همگی نرمال بودند . در ضمن بیمار از جوش صورت که از ۳ سال قبل شروع شده بود هم شاکی بود.

درمان های انجام شده : حجامت عام ۳ مرحله

سیر درمان : در تاریخ ۷۸/۳/۲۹ حجامت عام نوبت دوم انجام شد که آکنه هم مختصر بهبود داشت.

در تاریخ ۷۸/۵/۲۹ هم باز حجامت عام صورت پذیرفت که بعد از آن بیمار دیگر دچار خونریزی از بینی نشد و پماد وازلین جهت چرب کردن گاهگاهی بینی تجویز گردید

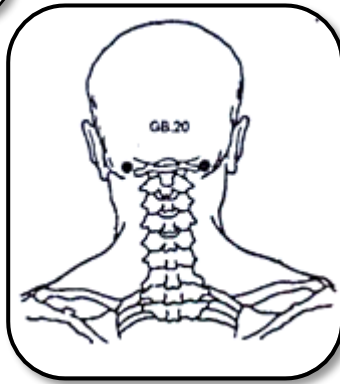
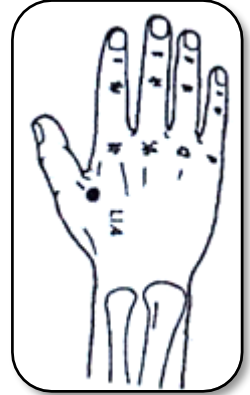
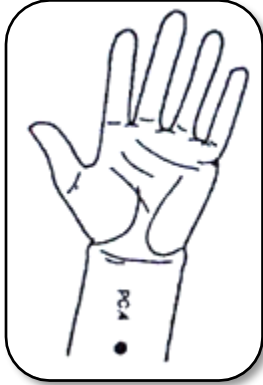
### خونریزی بینی کودکان

معمولا بعلت سینوزیت یا سرماخوردگی و خشکی بینی است و درمان آن استفاده از یک روغن، مثلاً روغن زیتون، جهت چرب کردن داخل بینی بمدت سه روز، روزانه سه نوبت می باشد.



نقاط فشاری، طب سوزنی، ماساژ، زنبور درمانی، دستگاه الکترونیکی بدون سوزن، انرژی درمانی (برای عمل به این نسخه حتما طبق راهنمای نسخه ها عمل کنید)

### خونریزی بینی<sup>۱۵۵</sup>



## ۲۹- از بین رفتن حس بویایی

### از بین رفتن حس بویایی (روایات)

#### مرزنگوش

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد مرزنگوش! آن را بیویید، که برای ناتوانان از بویایی، خوب است. <sup>۱۵۶</sup>

#### باطل شدن حس بویایی <sup>۱۵۷</sup> (موسوی)

داروهای بخور و عطسه آورها هر شب یک بار و روغن بنفشه بادام، همراه با زالو درمانی به تعداد ۲ تا ۳ عدد کنار بینی حس بویایی را باز می گرداند.

### از بین رفتن حس بویایی (خیراندیش)

استنشاق یک لیوان آب گرم مخلوط با یک قاشق چایخوری نمک دریا به مدت ۱۴ شب.

مالیدن اسانس نعناع به پیشانی روزی دو بار.

مالیدن روغن سیاهدانه یا کنجد به ملاج سر شبها قبل از خواب.

کاهش سردی ها و مصرف خوراکی های با طبع گرم.

خوردن شیره انگور مخلوط با ارده هفته ای ۳ الی ۴ بار.

### از بین رفتن حس بویایی (تبریزیان) <sup>۱۵۸</sup>

روغن بنفشه پایه کنجد در بینی بریزد.

۱۵۶ مکارم الاخلاق ج ۱ ص ۱۰۷ ح ۲۲۵

۱۵۷ زالودرمانی

۱۵۸ کتاب و سخنرانی های استاد

**ضعف حس بویایی (روازاده)**

**پرسش:** حدود ۲ سال پیش به خاطر مشکل سینوزیت و پولیب بینی عمل کردم. در اثر این عمل حس بویایی من از کار افتاد. تنها وقتی آمپول دگزامتازون استفاده می‌کنم، به مدت چند روز خوب می‌شود. به دکترهای مختلفی رفته‌ام؛ اما نتیجه‌ای نداشته است. لطفاً مرا راهنمایی بفرمایید؟

**پاسخ:** عصب شما بطور کامل آسیب ندیده است و احتمال درمان وجود دارد. آب نمک استنشاق کنید (یک قاشق چایخوری نمک دریا را داخل یک لیوان آب جوش بریزید و وقتی گرمایش مناسب شد از هر دو سوراخ بینی آن را استنشاق کنید؛ به این صورت که از داخل بینی آب را به سمت حلق و دهان هدایت کنید تا از دهان خارج شود). قطره نازیل موجود در مطب و انجام فصد پس از معاینه مشکل شما را می‌تواند رفع کند<sup>۱۵۹</sup>.

### الف: معرفی بیماری

(به انگلیسی: Tuberculosis) یک بیماری عفونی شایع، و در بسیاری از موارد مرگبار است. این بیماری توسط گونه‌های مختلف میکروباکتریا، به طور معمول حمله می‌کند، اما بر قسمت‌های دیگر بدن نیز می‌تواند تأثیر گذار باشد. وقتی افرادی که عفونت سلی فعال دارند سرفه، عطسه، و یا بزاق خود را از طریق هوا منتقل می‌کنند سل از طریق هوا پخش می‌شود. اغلب عفونت‌ها بدون علامت و پنهان هستند. اما معمولاً از هر ده عفونت نهفته یک عفونت در نهایت پیشرفت کرده و به بیماری فعال تبدیل می‌شود. اگر سل درمان نشود، بیش از ۵۰٪ از افرادی که به آن آلوده می‌شوند را به کام مرگ می‌کشد.

علائم کلاسیک عفونت سل فعال عبارتند از سرفه مزمن با خلط آغشته به خون، تب، تعریق شبانه، و کاهش وزن. (سل قبلاً به دلیل کاهش وزن افراد به «زوال» معروف بود). عفونت اندام‌های دیگر باعث طیف وسیعی از علائم می‌شود.

نشانه‌های عمده انواع و مراحل سل ارائه شده است. بسیاری از علائم با انواع دیگر همپوشانی دارند، در حالی که بقیه بیشتر (اما نه به طور کامل) ویژه انواع خاصی هستند. انواع مختلف می‌توانند به طور همزمان وجود داشته باشند.

**ب : نسخه ها****سل (روایات)**

سر استخوان نرم پرنده.

سر استخوانهای نرم پرندگان سل می آورد.<sup>۱۶۰</sup>

**ماهی**

خوردن ماهی سل می آورد.<sup>۱۶۱</sup>

**حمام هرروز**

یک روز در میان حمام کن اما مبادا به این کار عادت کنی (هر روز) چرا که سل می آورد.<sup>۱۶۲</sup>

**غبار دامن زن بدکاره**

غبار دامن زن بدکار سل می آورد.<sup>۱۶۳</sup>

**موزه**

پوشیدن موزه (نوعی کفش وچکم) مایه ایمنی از سل است.<sup>۱۶۴</sup>

**نسخه امام کاظم برای سل**

مقادیری مساوی از سنبل، قاقله، زعفران، اککرا، بنج و پلخم سفید (خربق) واز همین پیمانہ دو واحد گاو کشک (ابر فیون) برداشته، آرد میکنی بر پارچه حریر غربال میگردد. آن گاه از آن با عسلی که کف رویش برداشته شده، خمیری ساخته میشود و در

۱۶۰ الثقات ج ۹ ص ۱۷۰

۱۶۱ محاسن ج ۲ ص ۲۷۰

۱۶۲ کافی ج ۶ ص ۴۹۷

۱۶۳ طب الاثمہ ص ۱۹۱

۱۶۴ کافی ج ۶ ص ۴۶۶

هنگام خواب به اندازه یک نخود در (آب گرم) به بیمار خورانده میشود...<sup>۱۶۵</sup>  
و آورده اند اشنان (گیاهی که با آن لباس و دست را می‌شویند) سل می آورد.

### سل (تبریزیان)<sup>۱۶۶</sup>

مرکب ۵ یا همان داروی جامع ( ۳ شب موقع خواب و هر شب به اندازه یک نخود مصرف شود.

### درمان سل و سرطان ریه (ضیایی)

۱. صبح: آب و آبجوش ولرم با یک قاشق چایخوری پودر گلِ اُسطوخذّوس با عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۲. صبحانه: شیر با عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۳. بین روز و عصرانه: دمکرده سیاهدانه با عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۴. عصرانه: یک قاشق چایخوری پودر اُفتیمون در یک لیوان آب با عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۵. مغرب: آب، آبجوش ولرم با عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۶. شب قبل از خواب: آب سیب طبیعی یا عسل اُسطوخذّوس یا با عسل زنجفیل
۷. سُماق با ناهار و شام بخورد.
۸. کنگر فرنگی ( آرتیشو، پُوارو)، و کنگر وحشی ( خار مقدّس )، هر دو ضدّ سرفه های شدید و ضدّ سلِ ریوی پیشرفته و ضدّ سرطان میباشند.
۹. ریحان کوهی ( بادُروج) ضدّ بیماری سل است ( کتاب طبّ الأئمّه، علامه شُبر ) به همراه ناهار و شام مصرف شود.

## فهرست مطالب

- مقدمه ..... ۷
- ۱- درمان مشترک بیماریهای دستگاه تنفسی ..... ۱۰
- ۲ - گرفتگی، نرمی و سختی حفره بینی ..... ۱۵
- ۳- آبریزش بینی ..... ۲۱
- ۴- گرفتگی عروق و مجاری تنفسی ..... ۲۴
- ۵- احساس سنگینی در قفسه سینه ..... ۲۵
- ۶- خشکی بینی ..... ۲۷
- ۷- پلیپ بینی ..... ۳۰
- ۸- خارش بینی ..... ۳۱
- ۹- ورم بینی ..... ۳۲
- ۱۰- لارنژیت (التهاب حنجره و تغییرات صدا) و صاف شدن صدا ..... ۳۳
- ۱۱- سینه پهلو (ذات الریه) = پنومونی ..... ۳۶
- ۱۲- عطسه ..... ۴۱

- ۱۳- انواع سرفه ..... ۴۴
- ۱۴- سرطان ریه و نای ..... ۶۲
- ۱۵- زکام و سرماخوردگی ..... ۶۳
- ۱۶- گلو درد(خناق) ..... ۷۶
- ۱۷- ترشی گلو ..... ۸۱
- ۱۸- خلط گلو ..... ۸۳
- ۱۹- کیست قفسه سینه ..... ۸۴
- ۲۰- درد قفسه سینه ..... ۸۵
- ۲۱- حرارت و سردی سینه ..... ۸۶
- ۲۲- ناراحتی و بزرگی لوزه ها ..... ۸۷
- ۲۳- زخم گلو ..... ۹۱
- ۲۴- عفونت و کیست گلو و حنجره ..... ۹۲
- ۲۵- آسم و نفس تنگی ..... ۹۵
- ۲۶- بیماریهای ریه ..... ۱۲۵



- ۲۷- برونشيت..... ۱۲۷
- ۲۸- خونريزى بينى..... ۱۳۳
- ۲۹- از بين رفتن حس بويابى..... ۱۳۸
- ۳۰- سل..... ۱۴۰

## فهرست منابع

۱. قرآن مجید؛
۲. نهج البلاغه؛
۳. میزان الحکمه، اثر محمدی ری شهری، ناشر دارالحدیث، چاپ پنجم؛
۴. احادیث پزشکی، اثر محمدی ری شهری؛
۵. طب الائمة عليهم السلام، اثر علامه شبر، نشر مهر حدیث ۱۳۸۹، چاپ چهارم؛
۶. طب الکبیر اثر محمد سرورالدین، تهران، چاپ ۲۲، چاپخانه حیدری، ۱۳۸۲؛
۷. توصیه‌های پزشکی عارفان اثر محمد بستان، چاپ ۱۵، نشر عطر یاس، ۱۳۹۱؛
۸. درمان میگرن و سردردهای رایج، اثر دکتر پور فخران، چاپ اول، ۱۳۹۰، نشر ابتکار دانش؛
۹. طب الکبیر، اثر محسن شکری پینودی، نشر، آوای شمال، چاپ اول، ۱۳۹۱؛
۱۰. آشنایی با طب سوزنی اثر محمد رضا صافی، نشر ابتکار دانش، چاپ اول ۱۳۹۱؛
۱۱. میوه درمانی اثر دکتر گیلوردهاوزر، نشر وفائی، چاپ هفتم، ۱۳۸۹، قم؛
۱۲. بادکش درمانی اثر محمد رضا صافی و...، نشر ابتکار دانش، چاپ سوم، ۱۳۹۱؛
۱۳. داروخانه گیاهی اثر کاظم مقدم، نشر برگزیده، چاپ اول، ۱۳۸۶

۱۴. استرس، اثر پرفسور ویلکینسون، نشر آینه دانش، چاپ اول، ۱۳۸۹؛
۱۵. چهره جان اثر محمد لک علی آبادی، نشر انتشارات هنارس، چاپ دوم، ۱۳۹۰؛
۱۶. آب درمانی اثر محمد رضا صافی و...، نشر ابتکار دانش، چاپ اول، ۱۳۹۱؛
۱۷. معجزه درمان در طب سنتی ایران، اثر احمد حبیب الهی، چاپ سوم، چاپ ذاکر، ۱۳۸۷؛
۱۸. روش‌های درمان طبیعی و بدون دارو، ترجمه نسیم سادات میر باقری، چاپ اول، نشر نسیم کوثر؛
۱۹. گیاه درمانی، اثر مصطفی نورانی، نشر کوثر غدیر، چاپ اول، ۱۳۸۹؛
۲۰. طب الصادق اثر محسن شکری پینوندی، نشر اسماء الزهراء، چاپ ۶، ۱۳۹۰؛
۲۱. عسل درمانی، اثر روح الله نائینی، نشر عصر جوان، چاپ اول، ۱۳۸۸؛
۲۲. راز سلامتی و شادابی اثر علی سپهر منصوری، نشر بوستان دانش، چاپ ۳، ۱۳۹۰؛
۲۳. اکسیر شفا بخش اثر علیرضا عمویی، نشر بقیه الله عج، چاپ دوم، ۱۳۹۰؛
۲۴. میوه درمانی اثر آتیه متقی زاده، نشر بوستان دانش، چاپ اول، ۱۳۹۰؛
۲۵. خدایا چه بخورم؟ اثر زینبده خدائی، سنتر نگاران نور، چاپ ۶، ۱۳۸۸؛
۲۶. طب النبی (ص) و الصادق (ع)، اثر ابوالعباس مستغفری نشر مؤمنین چاپ ۴، ۱۳۸۵؛
۲۷. خلاصه ۱۵ روز تا سلامتی، اثر جمشید خدادادی، نشر شهر، چاپ ۴، ۱۳۹۱؛

۲۸. طب الائمه علیهم السلام، ترجمه دکتر حسین صابری، نشر عروج اندیشه، چاپ ۱۳، ۱۳۹۰؛
۲۹. آشنایی با زالودرمانی، اثر محمود حبیب الهی و... نشر ابتکار دانش، چاپ ۱، ۱۳۹۱؛
۳۰. معجزه نگین اثر علیرضا اسداللهی فرد، نشر صبح پیروزی، چاپ ۵، ۱۳۸۹؛
۳۱. مائده صالح؛
۳۲. تغذیه در طب اسلامی ایران؛
۳۳. چند سایت اینترنتی؛
۳۴. آموزه‌های شفاهی و حضوری و کتبی اساتید و محققین طب مانند استاد خیر اندیش، روازاده، آل اسحاق، حکیم و شاگرد ایشان یکتا، آبیار، الهی، گوارا، درخشان پور و...؛
۳۵. خلاصه قانون در طب؛
۳۶. کتاب رازی؛
۳۷. طبع و مزاج؛
۳۸. طب ایرانی اسلامی؛
۳۹. نرم‌افزار آموزش طب حقیقت نجات؛
۴۰. دوره ۲۰ جلدی آموزش مقدمات طب استاد روازاده؛
۴۱. کتاب‌های زبان خوراکی‌ها از محمد سرورالدین.
۴۲. حجامت درمانی، دکتر شهلا اسدزاده، انتشارات ابتکار دانش، چاپ

۴۳. زالوى ايرانى، سيد محمد موسوى، انتشارات زعيم، چاپ دوم
۴۴. دوره ۲۰ جلدى آموزش طب سنتى استاد روازاده، نشر طلايى پويندگان  
دانشگاه، چاپ اول
۴۵. اكسير شفا بخش، عليرضا عمويى، انتشارات بقيه الله (عج)، چاپ دوم ۱۳۹۰
۴۶. عسل، دكتور حسين خيراندیش، انتشارات ابتكاردانش، چاپ دوم ۱۳۹۰
۴۷. درمان بيمارى هاى زنان و زايمان، سيد محمد موسوى، انتشارات زعيم، چاپ  
اول ۱۳۹۰
۴۸. درمان ساده برپايه مزاج شناسى و تغذيه، دكتور سیده زهره اوليايى، انتشارات  
ابتكاردانش، چاپ اول ۱۳۹۰
۴۹. گياه درمانى، آيت الله مصطفى نورانى، انتشارات كوثر غدیر، چاپ اول ۱۳۸۹
۵۰. رموز راز جوانى و سلامتى، دكتور محمد دريايى، انتشارات سفير اردهال، چاپ  
چهارم
۵۱. درمانهاى گياهى خانگى، محمد حسن نعيمى، انتشارات كهكشان  
دانش، چاپ دوم ۱۳۹۱
۵۲. طب الصادق، ابوالعباس مستغفرى، انتشارات مومنين، چاپ چهارم ۱۳۸۵
۵۳. روش تهيه غذاهاى طبيعى و بدون پخت، محمود خوشنويس، چاپ اول
۵۴. درمان طبيعى، رابين هيڤيلد و سوهاكى ترجمه: جواد ثابت نژاد، انتشارات  
آراد، چاپ اول
۵۵. آموزش طب سوزنى، پروفيسور يوهان بيشكو ترجمه: نادعلى اسماعيلى، چاپ  
پنجم ۱۳۹۲

۵۶. اصول پایه و بالینی طب سوزنی، دکتر علی اصغر نویدی، انتشارات طبیب، چاپ اول ۱۳۸۱
۵۷. اعجاز زهر زنبور عسل در درمان بیماری‌ها، میهالی سیمیچ ترجمه: سید مظاهرسیدی، انتشارات نصوص، چاپ ششم ۱۳۹۰
۵۸. بره موم، جیمز فارنلی ترجمه سید مظاهرسیدی، انتشارات نصوص، چاپ چهارم ۱۳۹۱
۵۹. زنبوردرمانی، نیلا حینسما تولیلا ترجمه: دکتر احمد چیت ساز، نشر نصوص، چاپ چهارم ۱۳۹۰
۶۰. گلبرگ سلامت، حوریه رضوانی اصل، انتشارات ابتکار دانش، چاپ سوم ۱۳۹۰
۶۱. زاج شناسی و تغذیه در طب ایرانی اسلامی، مریم نواب زاده، چاپ اول ۱۳۹۲
۶۲. آشنایی با حجامت، علی اکبر روزگاری، انتشارات نسل نیکان، چاپ هفتم ۱۳۹۰
۶۳. گرده درمانی، سید جواد سعادت‌مند، چاپ چهارم
۶۴. میوه درمانی، آتیه متقی زاده، انتشارات بوستان دانش، چاپ اول ۱۳۹۰
۶۵. روش صحیح تغذیه، ابراهیم نیکبخت، انتشارات سلوک جوان، چاپ دوم ۱۳۹۰
۶۶. معجزات درمانی سیاه دانه و عسل، محمد دریایی، انتشارات سفیر اردهال، چاپ دهم ۱۳۹۲

۶۷. معجزات درمانی عسل و انگبین ها، محمددریایی، انتشارات یاس

بهشت، چاپ دوم ۱۳۸۹

۶۸. درمان سردردها، سید محمد موسوی، انتشارات فجر قرآن، چاپ اول ۱۳۹۲

۶۹. درمان تومورهای مغزی، سید محمد موسوی، انتشارات مشعل، چاپ اول ۱۳۸۷

۷۰. طب الائمه، عبدالله شبر مترجم: عباس پسندیده، انتشارات حدیث مهر، چاپ

چهارم ۱۳۹۱

۷۱. طب الکبیر، محمد سرورالدین، انتشارات آشیانه، چاپ بیست و هشت

۷۲. طب نجات بخش، محمد علی محمدی یکتا، انتشارات راه سبز، چاپ

چهارم ۱۳۹۳

۷۳. آموزش طب سوزنی گوش، نادعلی اسماعیلی، چاپ ششم ۱۳۹۲

۷۴. تغذیه در طب ایرانی و اسلامی، دکتر غلامرضا کردافشار، انتشارات نسل

نیکان، چاپ بیست و چهارم

۷۵. پرسش های شما و پاسخ های دکتر روازاده، موسسه فرهنگی هنری اندیشه

صواب، چاپ هشتم

۷۶. رساله ذهبیه، دکتر محمد دریایی، انتشارات سفیر اردهال، چاپ پنجم ۱۳۹۱

۷۷. چگونه غذای ما دوی ما باشد؟، رضامیرزایی، انتشارات عصر جوان، چاپ

دوم ۱۳۹۳

\* به نظر برتر یک میلیون تومان و به بیست نفر کمک هزینه سفر به مشهد مقدس اهداء میشود \*

## فرم نظر سنجی و ثبت نتایج عمل به نسخه ها

نام: نام خانوادگی: سن: جنسیت:  
نام شهر / استان محل سکونت: تلفن تماس:

۱. شرح مختصری از بیماریهایی که مبتلا هستید:

۲. متن نسخه ای که به آن عمل کرده اید:

۳. نتایج مثبت درمانی عمل به این نسخه:

۴. عوارض منفی عمل به این نسخه ها:

۵. نظر شما درباره این مجموعه کتابها چیست؟

۶. چه کمکی میتوانید برای توسعه طب اسلامی ایرانی و نجات بیماران انجام دهید؟

**مهم:** پاسخ و نظرات خود را به ایمیل یا سامانه پیامکی یا کدپستی ارسال نمایید تا در چاپ های بعدی کتاب چاپ شود و زمینه تبلیغ و توسعه طب اسلامی را فراهم نماید.

**توجه:** خواهشمند است حتماً نتایج مثبت عمل به نسخه ها را همراه با نام بیماری و نام بیمار به ایمیل یا کدپستی ارسال نمایید. بعد از پر کردن این فرم، آنرا به داخل پاکت نامه با صندوق پستی رایگان ارسال کنید.

ایمیل: [tebeslamiqom@gmail.com](mailto:tebeslamiqom@gmail.com)

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۰۱۱۰۱۱۰۱۱

کدپستی: ۳۷۱۷۲۵۹۵۸۴



# "مطلب بسیار مهم زیر را حتماً مطالعه نمایید"

## فرستی نو و تحولی بزرگ در احیاء سلامتی و سبک زندگی اسلامی

مقام معظم رهبری فرمودند: "از دغدغه های قلبی من احیاء طب اسلامی ایرانی است، به آن بپردازید."

ستاد احیاء طب اسلامی ایرانی در راستای فرمایش رهبری، با هدف نجات بشر از توطئه های اشرار یهود و زمینه سازی برای احیاء سبک زندگی اسلامی و اسلامی سازی علوم و زمینه سازی برای ظهور مولا صاحب الزمان عج و رفع گرفتاریهای جسمی و روحی جامعه بشری با همکاری جمع کثیری از طلاب محقق در زمینه طب اسلامی ایرانی برگزار میکند.

۱. برگزاری همایش های آموزشی و تبلیغی طب اسلامی ایرانی و سبک زندگی اسلامی در شهرهای ایران.
۲. برگزاری دوره های مجازی و غیر حضوری طب اسلامی سنتی و ارسال منابع آموزشی به سراسر کشور.
- با عمل به برنامه آموزشی ما همه طب، از پیشگیری تا درمان طبیعی همه بیماریها، حتی سرطان را بیاموزید.
۳. قابل توجه همه مولفین و ناشرین و محققین طب اسلامی ایرانی سنتی:

این مرکز آماده پخش آثار تألیفی، نرم افزاری، فیلم ها و تحقیقات شما در سراسر کشور میباشد.

۴. قابل توجه محققین طب، عطاران، کتاب فروشان، مبلغین دینی، مدیران و عموم مردم: برای تهیه محتواهای آموزشی طبی اعم از کتابها، نرم افزار، فیلم و جدیدترین آثار بزرگان طب با ما تماس بگیرید.

**توجه:** بعد از مطالعه این منابع، جهت تکمیل مهارت عملی و تئوری، به مراجع آموزشی معتبر و موفق معرفی خواهید شد. کار را برای شما بسیار آسان و مطمئن خواهیم کرد. انشاء...

از جمله موارد آموزشی موارد زیر است: آموزش اصلاح تغذیه، مهارتهای پیشگیری و حفظ سلامتی، کلیات و مسلمات برای عموم مردم، درمانهای مشترک برای همه بیماریها، مزاج شناسی، حجامت، زالو، طب سوزنی، ماساژ، نسخه نویسی، گیاه شناسی و گیاه درمانی، عنبیه شناسی، نبض، رایحه درمانی، آب درمانی و آثار تألیفی و تحقیقی اساتید طب اسلامی ایرانی سنتی، متون مرجع و..

**برای اطلاعات بیشتر و خرید محصولات و گرفتن نمایندگی بخش و فروش با شماره های:**

۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶ - ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷ و ۰۲۵۳۸۸۳۴۸۴۶ تماس بگیرید یا به وبلاگ آموزش و درمان

صلواتی طب اسلامی مراجعه کنید. **وبلاگ:** [www.Tebeslamiqom.blogfa.com](http://www.Tebeslamiqom.blogfa.com)

هدف اصلی ما احیاء "سبک زندگی اسلامی" در همه جهان است. ان تنصر الله ینصرکم "اگر خدا را یاری کنید شما را یاری میکند"، پس در این راه مقدس، هر چه در توان دارید صرف نمایید که ظهور بسیار نزدیک است. انشاء الله

## قابل توجه اطبا و عطاران ، فروشندگان و خانواده ها

اگر هر خانواده ماهی ۲ کیلو عسل مصرف کنند، یعنی در سال ۲۴ کیلو عسل نیاز دارند.  
طبق استانداردهای ملی اگر ساکارز عسل زیر ۵ باشد، عسل طبیعی میباشد  
عسل ۴۰ گیاه با ساکارز زیر ۳ در قیمت گذاری اتحادیه عسل فروشان و بازار رایج  
خرده فروشان بالای ۳۵ هزار تومان فروخته میشود، البته متأسفانه بدلیل بی اطلاعی  
مردم و گرانفروشی برخی فروشندگان تا ۷۰ هزار تومان نیز فروخته میشود.

### پخش عسل طبی با ساکارز زیر ۳ ، مناسب برای بیماران

کیلویی ۱۸ هزار تومان " قیمت خرده فروشی اتحادیه بالای ۳۵ هزار تومان "

و عسل با ساکارز زیر ۴ با قیمت ۱۷ هزار تومان

و با ساکارز زیر ۵ با قیمت ۱۶ هزار تومان

و با ساکارز بالای ۷ به قیمت ۱۰ هزار تومان

فروش عسل در حلب های ۲۶ کیلویی " به سراسر کشور "

حداقل خرید عمده (در سال ۹۴) = یک حلب

"میتوانید بین دو خانواده تقسیم کنید"

فقط تماس بگیرید - ۰۹۱۰۵۸۶۴۸۵۰ - ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷

**برای دریافت داروهای طب اسلامی سنتی**

**و ابزارهای درمانی و آموزشی (بصورت عمده و خرده)**

**که در این مجموعه کتب آمده است میتوانید با**

**شماره های ذیل تماس بگیرید یا پیام بدهید.**

**۰۹۱۰۵۸۶۴۸۵۰ – ۰۹۳۵۵۳۸۸۲۶۷**

**۰۹۳۸۰۸۰۳۰۰۵ – ۰۹۱۰۰۹۶۹۷۹۶**

**(فهرست داروهای مورد نیاز را پیام دهید)**

**تا در سراسر کشور در درب منزل تحویل بگیرید.**